MÁS DE 40 RECETAS PARA TM 21 Y TM 31

TUS RECETAS TMX

Las mejores recetas TMX elaboradas para ti

Trufas con ron:
No podrás resistirte

ESPECIAL REPOSTERÍA

Todas las claves para convertir tu cocina en una gran pastelería

Nº 1 3,50 €
8 414090 244978 00001

En este número

Pastelería salada:
Crackers de avena

Viajar con el paladar:
Los dulces árabes

Tartas de lujo:
Paso a paso

Editorial

Tras la excepcional acogida del número dedicado a Italia de "Cocinar con Thermomix", habéis sido muchos los que mediante cartas, e-mails y llamadas telefónicas nos habéis animado a realizar una serie de números especiales dedicados a temáticas y cocinas en concreto. A fin de dar una feliz respuesta a vuestras amables indicaciones y con el objeto de diferenciar claramente estos números especiales de los números regulares de "Cocinar con Thermomix", hemos decidido crear "Tus Recetas TMX". Este es el título con el que hemos designado de forma genérica a todos estos números especiales de "Cocinar con Thermomix", los cuales serán publicados el mes alterno o siguiente al del número regular de la revista. Toda la información necesaria para poder suscribirse a estos números, así como las temáticas de cada monográfico aparecerán en el número siguiente de "Cocinar con Thermomix" nº 6 que saldrá a la calle el próximo 15 de Diciembre y que estará dedicado a recetas de Navidad..

Arrancamos en este "Tus recetas TMX", con un especial de repostería, entregándonos al placer de la degustación de dulces, galletas, tartas y confituras que nos hacen volver a sentirnos como niños en una gran pastelería, atraídos por los colores y las formas de chocolates, cremas y bollerías y el aroma de un horno cociendo bizcochos. En definitiva, un auténtico placer y, como siempre, ayudados por nuestra Thermomix.

Mª Cruz Montoya
Directora

Indice

4 **El Azúcar**
8 **Noticias**

Panes y bollerías

10 **Levaduras**
12 **Pan** de mantequilla
14 **Pan** de calabaza
15 **Cake** de frutas confitadas

Galletas y pastas

16 **Panes** dulces
18 **Utensilios** de repostería
20 **Galletas** al ron
22 **Galletas** de jengibre
23 **Cookies**
24 **Galletas** de avellana
26 **Carbayones**
27 **Sobaos**

Básico

28 **Harina "Bizcochona"**
30 **Bizcocho** para pasteles

Pasteles dulces

32 **Bizcocho** de plantilla
36 **Pastel** de vino Málaga y frutos secos
38 **Tarta** de músico
40 **Pastel** de tiramisú con almendras
42 **Tarta** de peras
44 **Tarta** de crema
46 **Tarta** de chocolate con frutos rojos
48 **Pastel** de moka

Tartas saladas

50 **Pastel** de San Marcos
52 **Lujo oriental**
58 **Restaurante**: El Celler de Can Roca
62 **Quiche** lorraine
64 **Empanada** de rape y bacalao
66 **Crackers** de avena
67 **Graham** crackers
68 **Tarta** de queso azul

Confitería y conservas

69 **Galletas** de sésamo
70 **Chutney** de tomates cherry secos
72 **Compotas**
74 **Fudge** de chocolate
76 **Trufas** holadesas de café
77 **Trufas** al ron
78 **Dulce** de frutos secos

Mousses

80 **Mermelada** de frutas con pasas
82 **Parfait** helado de anís
84 **Coulan** de chocolate
86 **Helado** de vino Málaga y paasas
88 **Mousse** de frutos rojos
89 **Helado** de vino tinto
90 **Nutrición**: Aditivos alimentarios
94 **Bazar**
95 **Maridajes**

El próximo 15 de Diciembre
el nº 6 de COCINAR CON TERMOMIX
¡Cocina de Navidad!

Azúcar de caña en terrones

EL AZÚCAR

Que nunca falte en tus postres

El azúcar es un elemento sano y natural que se extrae principalmente de la caña de azúcar y de la remolacha. Lejos de ser un enemigo irreconciliable de dietas sanas y equilibradas, recientes estudios nos demuestran que, usado con moderación, es un excelente aliado para aportar los hidratos de carbono necesarios para el funcionamiento correcto de nuestro organismo y reducir el consumo de grasas, mucho más culpables de deterioros en nuestra salud.

Todos los alimentos que pertenecen al grupo de los hidratos de carbono tienen el mismo aporte calórico: 4 calorías por gramo. Dado que los alimentos pertenecientes al grupo de las grasas aportan 9 calorías por gramo, algo más del doble, resulta evidente que la "guerra contra el azúcar" no tiene demasiado fundamento, al menos en lo que a nutrición se refiere, y en lo que a individuos sanos respecta.

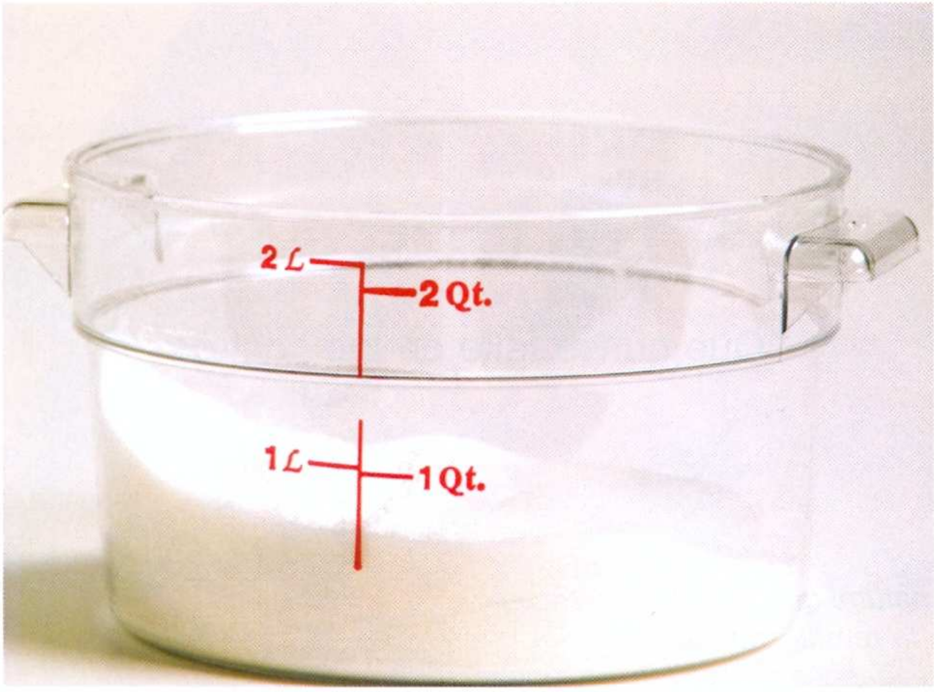
¿Qué es el azúcar?

El azúcar es sacarosa, un disacárido compuesto por una molécula de glucosa y otra de fructosa. Su principal función consiste en generar energía. Sólo el cerebro es responsable del consumo de casi el 20% de la glucosa, pero también resulta indispensable para los músculos y otros tejidos en general. Además, esta energía es fácil y rápida de asimilar, por lo que el organismo la utiliza inmediatamente y no produce procesos de almacenamiento como las grasas.

Azúcar y vitalidad

Una de las características más comunes que nos produce la ingestión de azúcar es la inmediata sensación de felicidad y vitalidad. Esto es debido a que el azúcar produce la segregación por nuestro cuerpo de endorfinas, responsables de la sensación de felicidad. El sabor dulce está fuertemente ligado a momentos muy placenteros: celebraciones, festivos y en general momentos de calidad del ser humano. Igualmente, su ingesta nos ayuda a aceptar otros alimentos necesarios para nuestra dieta, que de otro modo resultarían algo insípidos.

¿Qué cantidad de azúcar es tolerable diariamente en una alimentación sana y equilibrada? Según organismos internacionales como la FAO o la OMS, el consumo diario de 60-80 gramos de azúcar, el equivalente a unas diez cucharadas pequeñas, puede considerarse un consumo sano y equilibrado. Por otro lado es importante que aprendamos a relacionar obesidad con desequilibrio y no con alimentos específicos. La obesidad es el resultado de un desequilibrio generalizado entre el consumo de calorías y el gasto de las mismas. Adelgazar o mantener el peso correcto es el resultado de gastar más o igual calorías que las que ingerimos. Así de sencillo. Sin excluir tipos de alimentos ni realizar combinaciones disociadas. Una dieta que excluyese por completo los hidratos de carbono y el azúcar, por ejemplo, podría resultar funesta para cualquier individuo, dado la



nula presencia de alimentos generadores de energía.

Origen del azúcar en repostería

Hoy en día, nos resulta imposible pensar en repostería y no asociar esta palabra de forma inmediata con el azúcar, pero no sería hasta el S.VII, cuando los árabes, amantes de lo dulce, descubrieron en el azúcar (que, aún siendo de origen hindú y siendo conocida en toda el mundo antiguo, no se empleaba en repostería) un excepcional aliado para realizar todo tipo de combinaciones con miel, frutos secos y huevos. Y fruto de su expansión por el Mediterráneo, llevaron consigo el cultivo de la caña de azúcar. En España, el uso y disfrute del azúcar está ligado al hecho de la invasión musulmana, que generó que siglos más tarde, el azúcar viajase a América, siendo los portugueses los que tomaron el relevo de los españoles en su labor propagadora, con la dedicación en Brasil de vastas zonas de cultivo de caña de azúcar. En el resto de Europa, el azúcar de uso en repostería es el resultado de la fusión de culturas que significaron las Cruzadas a Oriente Medio, e igualmente ingleses, franceses y holandeses extendieron por sus colonias en todo el mundo cultivos similares a los realizados por los portugueses. Es por ello que hemos dedicado un capítulo especial a la repostería árabe en este número, verdadera artífice inicial de que la caña de azúcar se extendiese desde la India al resto del mundo en calidad de producto necesario e imprescindible para la gastronomía en general y para la repostería en particular.

Otros edulcorantes calóricos

Aunque es el azúcar es el que se utiliza en la mayor parte de las recetas existen otros tipos de edulcorantes utilizados en cocina, derivados o no de la remolacha o la caña de azúcar. Entre estos, podemos encontrar algunos como la glucosa, de color transparente y consistencia algo viscosa, obtenida de procesos químicos aplicados al almidón. Se suele utilizar para darle maleabilidad al caramelo fundido, elaborar figuras, nougats, etc.
Otros endulzantes o edulcorantes muy utilizados en repostería son las melazas, ya sea de caña (la más utilizada y fácil de encontrar) o de remolacha. Son líquidas de la misma consistencia de la miel y de color caramelo oscuro. La de caña se utiliza mucho en fabricación de galletería y bizcochos sabrosos, pues confiere a la preparación un agradable sabor a caña de azúcar.

También están la miel, el endulzante más utilizado en Europa antes de la llegada del azúcar, el jarabe de arce, la lactosa y la fructosa, mucho menos utilizados en la confección de dulces que todos los anteriores.

La decoración con azúcar

Debido a que estamos hablando de un ingrediente de bajo coste, y también de caducidad bastante larga, y por supuesto al hecho de que es un elemento que varía espectacularmente de aspecto y cualidades con el calor, es uno de los elementos más utilizados en la decoración en repostería.

Para hacer caramelo sólo necesitamos azúcar blanquilla, agua y calor. Pero OJO: este es el ingrediente más peligroso y que causa más accidentes por quemadura en la elaboración de postres y repostería. ¿La razón? Alcanza temperaturas de más de 190ºC, y a esta temperatura se pega a la piel y tarda mucho en enfriarse, con lo que las quemaduras pueden llegar a ser terribles. Por esta razón, observaremos un muy especial cuidado al trabajar con él.
Dos secretos muy importantes para la elaboración de almíbar o caramelo: la cantidad de agua y la temperatura, especialmente ésta. En establecimientos especializados en hostelería y restauración, podemos encontrar un termómetro de azúcar (también llamado "pesajarabes") que nos será muy práctico a la hora de manipularlo.
Otra de las decoraciones a base de azúcar es la glasa, utilizada para cubrir tartas, unir piezas de decoración a base de azúcar, o incluso formar figuritas. Una

Estados del Caramelo

Ya hemos dicho que el caramelo es básicamente azúcar, agua y calor. A continuación os detallamos los distintos tipos de caramelo en función de su temperatura, así como su aplicación más frecuente.
Almíbar flojo: unos 100ºC. Sirve para emborrachar bizcochos ligeros y algunas salsas.
Espejuelo: unos 105-107 ºC. Para tocinos de cielo, flanes y siropes.
Hebra floja y Hebra fuerte: 108-114ºC. Para frutas confitadas y glaseadas, merengue, yema pastelera, etc...
Bola floja: 114-120ºC. Para merengues, yemas y fondants
Bola fuerte: 120-126ºC. Para mazapanes y turrones.
Caramelo blando: 136-140ºC. Para figuras de azúcar soplado.
Caramelo fuerte: 140-146ºC. Piezas de decoración y adorno con flores, figuras, etc. Suele colorearse.

Azúcar candé

receta básica de la glasa la podemos hacer con 200 gramos de azúcar blanquilla, una clara de huevo y un chorrito de zumo de limón. También admite algo de colorante. Lo vertemos todo en nuestra Thermomix con la mariposa puesta, y programamos velocidad de montar claras hasta que se forme una pasta espesa que deje surcos al pasarle la espátula. Para decorar tartas, simplemente extiende la glasa con una espátula y déjala secar. Para hacer figuritas espera a que seque un poquito hasta que puedas amasar la pasta con las manos, y déjalas secar sobre papel de horno antiadherente. Con algo de paciencia, práctica y mucha imaginación, podrás hacer espectaculares decoraciones a base de azúcar.

Tipos de azúcar

El azúcar blanco, también denominado de flor, está refinado. El azúcar moreno, no lo está y, por tanto, conserva impurezas que le dan ese aspecto y color característicos. Tiene el mismo valor nutritivo y energético. Las presentaciones de estos azúcares pueden ser muy diversas, vamos a conocerlas:

En terrones: de origen francés, esta presentación sólo existe desde 1874. Se muele cuando el guarapo, que es el jugo de la caña de azúcar, aún está caliente y se presenta en forma de cubo. Ideal para endulzar bebidas calientes o para hacer el jarabe de azúcar o caramelo.

Cristalizado: surge de la cristalización del guarapo. Interviene en la preparación de confituras, de masas de frutas y de decoraciones de pastelería. Es la presentación habitual que podemos encontrar en mercados o grandes superficies.

En polvo: reducido a partículas muy finas por lo que se disuelve, incluso en frío, con gran facilidad. Es el más empleado en pastelería industrial.

Glas: molido muy fino. Se utiliza para espolvorear, decorar y cubrir. Textura muy fácil de conseguir con Thermomix.

Con vainilla: es una presentación en polvo, a la que se le ha añadido un 10% de extracto de vainilla natural. Ideal para aromatizar dulces de cocina o masas.

Azúcar candé: en sus variedades blanco o moreno, es el resultado de la cristalización del jugo de la caña sobre hilos de lino o de algodón, por lo que los cristales resultantes son de mayor tamaño.

Azúcar en granos: se obtiene al machacar pedazos de azúcar muy puro, de ahí su transparencia. Es muy usado en decoraciones de pastelería.

Terciado: es un azúcar moreno de caña cristalizado que tiene un leve sabor a ron. Da un perfume muy apreciado en galletas y tartas.

Mascabado: es el azúcar moreno cristalizado de remolacha. Se obtiene del residuo sólido del sirope durante el refinado. En Bélgica, donde son muy populares los azúcares procedentes de remolacha, su uso en repostería se convierte en todo un arte.

Azúcar líquido: es una solución incolora de azúcar muy empleada en industria para la preparación de ponches y ciertos postres.

Melaza: es un almíbar muy espeso y marrón procedente de la parte no cristalizable de la caña de azúcar.

El Lobo y Unicef con los más desfavorecidos

La marca turronera El Lobo y Unicef han firmado un acuerdo en el que impulsarán una campaña para ayudar a los niños que más lo necesiten. Durante la época navideña, El Lobo destinará un porcentaje sobre el precio de venta de sus productos para ayudar a los niños más desfavorecidos. Unicef lleva años ayudando a los que más lo necesitan, sobre todo, a los pequeños que carecen de medios. En esta ocasión, la marca de turrones El Lobo ha querido también aportar su granito de arena con Unicef, destinando parte de sus beneficios a los niños más necesitados. Gracias a esta alianza, se realizará una campaña publicitaria navideña para informar a los compradores de su colaboración directa con la compra de cada producto.

Repostería Martínez cerrará una de sus fábricas en el 2006

La fábrica de Repostería Martínez de El Espinar cerrará sus puertas en el 2006, ya que la multinacional propietaria de su producción ha decidido concentrar la actividad en Burgos. Esta decisión se ha tomado, según Sara Lee Bakery, su propietaria, con el fin de mantener la competitividad y ganar eficiencia, así como adaptarse a las exigencias del mercado pues se aumentaría en un 15% la producción en la planta burgalesa ya existente, la de Briviesca. En estos momentos, la fábrica de El Espinar cuenta con unos 100 trabajadores fijos y otros 40 eventuales, aunque la empresa ha asegurado que todos los que lo deseen pueden ser trasladado a la nueva fábrica. A pesar de esto, Repostería Martínez es consciente de que no todos los trabajadores aceptarán este traslado por lo que aseguran que han "previsto un amplio plan de medidas destinadas a satisfacer sus necesidades".

mmm...

SALÓ DE LA XOCOLATA DE BARCELONA

I Saló de la Xocolata de Barcelona

El CCIB, recinto Fòrum (Centro Convenciones Internacional de Barcelona) acogió entre los días 3 al 6 de noviembre, la primera edición del Saló de la Xocolata de Barcelona. El evento, impulsado por la Fundación de la Escuela del Gremio de Pastelería de Barcelona y por el Instituto del Cacao y el Chocolate (ICC), ha nacido, según sus organizadores, "con la voluntad de difundir y promover la cultura del chocolate entre todos los públicos". Más de un centenar de pasteleros, chocolateros y sectores relacionados con este mundillo (editoriales, ocio, embajadas, etc.) se dieron cita en un salón que contó con actividades para todos los gustos. Entre ellas destacar el I Concurso de pintura rápida, el Trofeo Lluís Santapau (III Campeonato "Mejor maestro artesano chocolatero bombonero de España") y el espectáculo titulado Kcau! El salón principal del evento sirvió de punto de encuentro a maestros chocolateros que realizaron distintas demostraciones con chocolate para deleite del público asistente; el Aula del sabor y el Cuenta-cuentos fueron otras de las actividades realizadas en el salón. En esta primera edición del Saló de la Xocolata, los niños fueron los grandes protagonistas. Durante las mañanas del jueves 3 y el viernes 4 de noviembre, los más pequeños disfrutaron, junto con el Museu de la Xocolata de Barcelona, de experiencias inolvidables. Tuvieron la oportunidad de conocer los orígenes del chocolate, sus ingredientes, convertirse en pasteleros, escuchar cuentos y, en definitiva, disfrutar de una serie de espectáculos realizados con el principal fin de difundir y popularizar la cultura del cacao y el chocolate. Más información en la página web http://www.saloxocolata.com.

Descubren nuevos beneficios al chocolate

Un estudio realizado por científicos de la Universidad Heinrich Heine, en Alemania, asegura que algunos compuestos químicos de los granos de cacao pueden prevenir los fluidos perdidos por el intestino causantes de la diarrea. Este estudio, publicado en el número de octubre de la Revista de Nutrición, en Estados Unidos, aseguraba que dicho descubrimiento podría favorecer tratamientos naturales baratos y muy accesibles para la gente, con la ventaja de no presentar ningún tipo de efecto secundario. Otras investigaciones también ha revelado que el cacao es una buena fuente de antioxidantes por lo que previene el riesgo de sufrir un infarto de miocardio. Así mismo, otro estudio ha descubierto que la teobromina que contiene el chocolate es muy efectiva para combatir la tos.

Chocolate con churros contra el cáncer de mama

El pasado 19 de octubre se celebró en toda España el Día Contra el Cáncer de Mama. En todas las ciudades españolas se realizaron distintos tipos de actos con motivo de este día. Curiosamente, en Murcia, la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), inició una serie de actos con una gran chocolatada. Para celebrarlo, un grupo de mujeres diagnosticadas de cáncer de mama pertenecientes del gabinete "Vivir como antes", repartieron este delicioso manjar. Los viandantes que pasaron, a partir de las 9:00, por la calle Almudena, esquina con Gran vía, en Murcia, deleitaron su paladar con una taza de chocolate con churros.

LEVADURAS

¿Cuál utilizo en esta receta?

Con frecuencia, recibimos cartas de lectoras y lectores que, al enfrentarse a una receta de repostería o panadería, tienen dudas acerca de qué tipo de levadura utilizar, qué propiedades tiene, para qué la pueden usar también, y cuáles son las cantidades en función de la harina que estén utilizando en cada receta. En este artículo tratamos de afrontar, de una manera muy práctica, todas esas cuestiones, y algunas curiosidades acerca de los distintos tipos de ingredientes que se usan para elevar y dar volumen a las masas de harina, denominadas genéricamente "levaduras".

Panes, bollos, brioches, magdalenas, bizcochos... Todos ellos tienen en común el hecho de que son masas a base de harina con una característica fundamental, su esponjosidad. Ésto se puede conseguir de varias formas: o equilibramos totalmente la masa, de forma que posea las cantidades exactas de azúcares, proteínas y harina y respetemos cuidadosamente el procedimiento de forma que la elevación se produzca de manera automática al hornear (véase la receta del bizcocho base en página 32 y 33) o bien, en función del tipo de preparación que estemos realizando, tendremos que añadir algún tipo de agente elevador.

Al ser un organismo vivo, hemos de mantenerlo entre 3 y 5 grados de temperatura (en estas condiciones durará alrededor de dos, tres semanas).

Básicamente, a la hora de hacer subir nuestras masas, podemos utilizar dos clases de ingredientes "leudantes": los basados en "levaduras frescas o vivas", que mediante un proceso de fermentación "inflan" la masa mientras reposa, y las llamadas "levaduras químicas" que simplemente reaccionan al calor del horneado esponjando la masa en una reacción química entre los agentes ácidos y básicos que la componen. ¿Qué son y para qué utilizamos cada una de ellas? Ahora te lo contamos.

Levadura fresca

Se trata de una masa cuyo principal componente son unos hongos unicelulares unidos entre sí en forma de cadena. Producen unas enzimas que son las que

Cómo preparar masa madre

Necesitaremos 250 gramos de harina de cultivo ecológico (HARIMSA), 25 gramos de levadura de cerveza (en herboristerías) y 125 gramos de leche tibia. Mezclar todos estos ingredientes a velocidad 3 durante 20 segundos. Dejar en un cuenco tapado con un trapo limpio hasta que la masa forme burbujas y doble su volumen. Volver a amasar y utilizar para nuestras recetas, dejando siempre una porción a la que añadiremos agua y harina y dejaremos fermentar hasta volver a doblar su volumen.

reaccionan con algunos cuerpos orgánicos, como los azúcares y otros compuestos nitrogenados, produciendo gas carbónico y provocando que la masa se infle.

Al ser un organismo vivo, hemos de mantenerlo entre 3 y 5 grados de temperatura (en estas condiciones durará alrededor de dos, tres semanas).

Un exceso de levadura producirá un mayor aumento de la masa, pero terminará por hundirse, obteniendo el efecto contrario al que deseábamos inicialmente.

Antiguamente, se conservaba lo que se llama una "masa madre", que se iba "alimentando" y manteniendo viva a base de adicionarle más harina y azúcares para favorecer el mantenimiento y la reproducción de dicho hongo durante

mucho tiempo.

Un ejemplo de esta masa madre está en el famoso "pastel en cadena", donde un amigo pasa a otro un vaso con algo de masa madre y unas instrucciones en las que se le pide añadir leche, azúcar y harina, y dejarlo fermentar durante unos días hasta que esta crezca lo suficiente para preparar un bizcocho. Tras la operación, hay que regalar unos cuantos

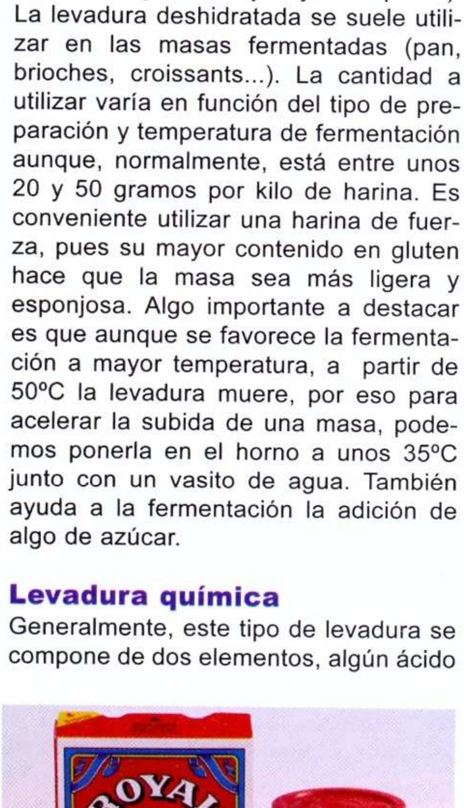
vasitos con masa madre a otros amigos para seguir la cadena.

La levadura es conocida por nombres tan dispares como levadura de panadería, levadura viva, levadura de panificación y levadura biológica.

Se puede encontrar en distintos formatos de presentación. Si acudimos a una panadería a comprarlo, suelen tenerla a granel, en formato fresco. Si vamos al supermercado, podemos encontrarla fresca en dados envueltos, o deshidratada en sobrecitos (esta última, antes de utilizarla hay que rehidratarla en una tacita de agua tibia y dejarla reposar). La levadura deshidratada se suele utilizar en las masas fermentadas (pan, brioches, croissants...). La cantidad a utilizar varía en función del tipo de preparación y temperatura de fermentación aunque, normalmente, está entre unos 20 y 50 gramos por kilo de harina. Es conveniente utilizar una harina de fuerza, pues su mayor contenido en gluten hace que la masa sea más ligera y esponjosa. Algo importante a destacar es que aunque se favorece la fermentación a mayor temperatura, a partir de 50ºC la levadura muere, por eso para acelerar la subida de una masa, podemos ponerla en el horno a unos 35ºC junto con un vasito de agua. También ayuda a la fermentación la adición de algo de azúcar.

Levadura química

Generalmente, este tipo de levadura se compone de dos elementos, algún ácido



(cítrico, tartárico) y un carbonato y bicarbonato, cuya reacción produce burbujas de CO_2 que son las que esponjan el bizcocho.

Esta reacción, a diferencia de la levadura fresca, es instantánea, es decir, se produce por efecto del calor y la reacción química del ácido con el carbonato o bicarbonato. Otros nombres con los que se la conoce son el de impulsor, polvos de hornear, levadura en polvo y levadura Royal.

Se utiliza para masas, grasas esponja-

das tales como bizcochos, magdalenas, plum-cakes, etc. La cantidad aproximada que hemos de utilizar ronda los 5 gramos de levadura química por cada 100 gramos de harina. Pero hemos de tener cuidado, puesto que un exceso de levadura producirá un mayor aumento de la masa, pero terminará por hundirse, obteniendo el efecto contrario al que deseábamos inicialmente, y además es posible que también añada cierto sabor amargo.

En el mercado podemos hallar varias marcas y formatos, aunque los más utilizados y clásicos son los que proporciona la marca Royal, sobres y latitas. Se encuentra prácticamente en cualquier tienda o supermercado. También podemos encontrar harinas con la cantidad precisa de levadura química necesaria para esponjar los bizcochos, como por ejemplo el producto BIZCOCHONA que fabrican nuestros amigos de HARIMSA y que encontramos de regalo en este número especial repostería.

RECETA PARA TM 31

PAN DE MANTEQUILLA

La mayoría de los panes de levadura necesitan una doble fermentación para que la masa quede perfecta. Puedes guardarlo hasta cinco días en un recipiente hermético, libre de humedad. Si no lo vas a consumir pronto lo puedes congelar.

Ingredientes

- 20 gr. de levadura de panadería
- 325 gr. de harina de fuerza
- 325 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 125 gr. de mantequilla
- 1/2 cucharadita de sal
- 3 huevos
- 1 cubilete de leche
- 40 gr. de azúcar
- 50 gr. de miel
- 1 cubilete de agua

Para decorar:

- 1 cucharada de azúcar
- 1 cucharada de leche

Preparación

1 Engrasa un molde circular de 25 cm. con mantequilla, y forra la base con papel de horno.

2 Introduce la levadura con el azúcar y el agua en el vaso. Programa 2 minutos, temperatura 37º, velocidad 2. Añade la mantequilla, la leche y la miel y programa 4 minutos, a 37º a velocidad 2. Añade 325 gr. de harina de fuerza, los huevos y la sal y amasa a velocidad 3, durante 2 minutos. Añade los restantes 325 gr. de harina Mediterránea y amasa a velocidad espiga 10 minutos. Vuelca en una mesa enharinada ayudándote de la espátula y amasa hasta hacer una bola.

3 Pasa a un bol grande y cubre bien con papel film. Deja fermentar en un sitio templado una hora, o hasta que haya subido el doble de su volumen inicial. Amasa ligeramente con las manos enharinadas, forma una bola con la masa y pásala al molde ya preparado. Tapa con un trapo limpio y deja fermentar en sitio templado una hora más o hasta que haya subido hasta el borde del molde.

4 Hornea a 180º durante 40 minutos o hasta que al insertar un pincho de brocheta en el centro, ésta salga limpio. Pinta la superficie con la leche mezclada con el azúcar y deja dorar unos minutos en el horno. Desmolda y deja enfriar sobre rejilla, y sirve templado.

Adaptación para TM 21

2 Temperatura 40º, velocidad 1. Añade..., a 40º a velocidad 1. Añade la harina de fuerza, .. y amasa a velocidad 1 1/2, durante 2 minutos. Añade los restantes ... y amasa a velocidad espiga, 7 minutos.

RECETA PARA TM 31

PAN DE CALABAZA

Ingredientes

- 750 gr. de harina de fuerza
- 300 gr. de calabaza pelada
- 1 cucharadita de sal
- 20 gr. de levadura de panadería fresca
- 2 cubiletes de agua de cocción de la calabaza
- Harina extra para amasar de trigo Mediterráneo

Para decorar:

- 1 huevo

Puedes decorarlo, antes de hornear, con pepitas de calabaza o de girasol. Esta muy rico servido con mantequilla. Se conserva bien varios días en un recipiente hermético.

Preparación

1 Engrasa con mantequilla un molde hondo de 20 cm. y forra la base con papel de horno.

2 Pon a cocer la calabaza pelada hasta que esté tierna. Escurre y reserva el agua de cocción por un lado y la pulpa por otra.

3 Introduce en el vaso 2 cubiletes del agua de cocción de la calabaza y la levadura. Programa 5 minutos, temperatura 37º, velocidad 2. Añade la harina, la sal, la pulpa de calabaza. Mezcla 20 segundos, a velocidad 6. Programa 10 minutos, a velocidad espiga

4 Pasa a un cuenco aceitado, unta la superficie con aceite, tapa con un paño y deja fermentar en sitio cálido una hora, hasta que haya doblado su volumen. Pasa a una mesa enharinada y amasa unos minutos con suavidad, espolvoreando con un poco de harina extra si fuera necesario. Dale forma de bola y métela en el molde. Si quieres decora la superficie con un lazo de masa estirada. Cubre con un lienzo limpio y deja fermentar en sitio templado hasta que llegue al borde del molde.

5 Pinta con huevo batido con una cucharada de agua, y cuece el pan al horno precalentado a 200º, unos 20 minutos. Baja la temperatura del horno a 180º y sigue horneando otros 20 minutos o hasta que esté cocido y dorado.

Adaptación para TM 21

3 Temperatura 40º.

CAKE DE FRUTAS CONFITADAS

Ingredientes

- 100 gr. de pasas de ermirna
- 75 gr. de pasas moscatel sin hueso
- 2 cubiletes de ron moreno
- 200 gr. de mantequilla
- 200 gr. de frutas confitadas variadas
- 4 huevos
- 300 gr. de harina Bizcochona
- 150 gr. de azúcar glasé
- 100 gr. de cerezas confitadas
- 50 gr. de confitura de albaricoques
- Almendras laminadas

Adaptación para TM 21

Admite todo igual.

Preparación

1 Pon las pasas en remojo con el ron en un bol. Calienta el horno a 180º. Engrasa un molde de cake alargado.

2 Bate la mantequilla en el vaso con el azúcar glasé durante 1 minuto, velocidad 3. Baja con la espátula, añade los huevos, la harina y el ron de macerar las pasas. Mezcla 1 minuto, velocidad 4. Añade la fruta confitada y mezcla con suavidad con una espátula. Vierte en el molde y hornea 1 hora, o hasta que al insertar una brocheta metálica, esta salga limpia. Desmolda y deja enfriar en una rejilla. Calienta la confitura y baña el pastel con ella. Decora con las guindas y almendras en láminas.

En el paso 2, si quieres ahorrar tiempo, puedes poner las pasas con el ron en el microondas a máxima potencia unos minutos.

PANES DULCES

PAN DE PLATANO CON ESPECIAS

Ingredientes

- 350 grs de harina bizcochona integral
- 150 grs de mantequilla
- 160 grs de azúcar moreno
- 500 gr. de plátanos maduros
- 4 huevos
- 1 pizca de sal
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 100 gr. de nueces picadas
- 100 gr. de anacardos
- 1 cucharadita de jengibre molido
- 1 cucharadita de canela molida

Preparación

1 Precalienta el horno a 180º y unta un molde de cake con mantequilla y harina.

2 Pon la mantequilla con el azúcar en el vaso con la mariposa. Programa 5 minutos, a velocidad 2. Quita la mariposa y añade los plátanos pelados, los huevos y las especias. Programa 20 segundos, a velocidad 4.

3 Añade la harina y una pizca de sal. Programa 1 minuto, velocidad 5. Añade los frutos secos troceados y mezcla suavemente con la espátula.

4 Vierte la mezcla en el molde engrasado y enharinado y hornea a 180º, unos 35-40 minutos.

Adaptación para TM 21

2 Añade... velocidad 3.

3 Velocidad 3 1/5.

Puedes añadir otros frutos secos, como pistachos pelados o piñones, pasas, frutas confitadas, etc. Al final del paso 4 comprueba que está bien cocido introduciendo una brocheta en el centro y viendo que sale limpia.

PAN DE CERVEZA NEGRA

Ingredientes

- 250 gr. de harina bizcochona integral
- 1 cucharadita de especias variadas molidas (jengibre, canela, clavo)
- 100 gr. de mantequilla
- 100 gr. de azúcar moreno
- 100 gr. de pasas sin pepitas
- 100 gr. de sultanas
- 100 gr. de nueces picadas
- 50 gr. de frutas confitadas picadas
- 2 huevos
- 1,5 cubiletes de cerveza negra para la masa
- 1,5 cubiletes de cerveza negra para calar el bizcocho

Preparación

1 Pon todos los ingredientes en el orden mencionado en el vaso de la Thermomix. Programa 10 segundos a velocidad 5. Luego amasa 4 minutos a velocidad espiga.

2 Precalienta el horno a 170º. Forra con papel de horno engrasado. Introduce la masa en el molde y hornea a 170º durante unos 45 minutos a una hora, o hasta que esté cocido y bien dorado.

3 Deja enfriar en el molde. Saca del molde, dale la vuelta, pínchalo con un tenedor y moja con cerveza negra.

Adaptación para TM 21

Admite toto igual

Puedes usar también un molde redondo de aro desmontable.

PAN DE JENGIBRE

Ingredientes

- 50 gr. de azúcar de caña
- 150 ml. de miel de caña
- Una pizca de canela
- 15 gr. de jengibre rallado
- Nuez moscada
- 3 huevos
- 150 ml. de aceite de girasol
- 20 gr. de leche en polvo
- 350 gr. de harina bizcochona integral
- 2 moldes de aluminio de 1 litro
- 2 cubiletes de agua fría

Preparación

1 Introduce en el vaso el azúcar, la miel de caña y las especias. Programa 5 minutos, temperatura 50º, velocidad 1. Añade 2 cubiletes de agua fría y el resto de ingredientes. Quita la temperatura.

2 Programa 10 segundos, velocidad 6.

3 Forra dos moldes con papel de horno, introduce la masa en ellos y cuece los panes unos 40 minutos, a 170º. Ten cuidado de no llenar mucho los moldes, ya que sube el doble de su volumen.

Adaptación para TM 21

Admite toto igual

Si no tienes jengibre fresco puedes usalo en polvo, una cucharada aproximadamente.

UTENSILIOS DE REPOSTERÍA

Nuestra Thermomix pesa, ralla, funde, mezcla, monta, amasa emulsiona... en fin, prácticamente es el único utensilio que nece sitaremos en la cocina... pero nunca está de más contar co algunas ayuditas extra que nos permitirán complementar la capacidades de la máquina para lograr unos resultados especta culares en nuestros postres preferidos. A continuación, detalla mos algunas de las herramientas imprescindibles a la hora de preparar y decorar nuestros postres y repostería favoritos.

Si en general, para cualquier tipo de cocina nuestra Thermomix es una herramienta inmejorable, es en la elaboración de postres y repostería donde alcanza un nivel absolutamente sublime: para tartas, bizcochos, claras, natas, mantequillas, coberturas, natillas, cremas... todas ellas encuentran en la Thermomix los mejores resultados al mínimo esfuerzo y (que también es importante) ensuciando lo mínimo.

Pero desgraciadamente no es todo lo que necesitaremos para lograr uno resultados óptimos. Dependiendo de la receta que estemos preparando, necesitaremos contar con una serie de utensilios imprescindibles, como son:

Espátulas de goma o lenguas

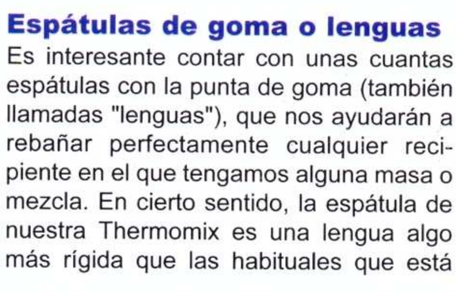
Es interesante contar con unas cuantas espátulas con la punta de goma (también llamadas "lenguas"), que nos ayudarán a rebañar perfectamente cualquier recipiente en el que tengamos alguna masa o mezcla. En cierto sentido, la espátula de nuestra Thermomix es una lengua algo más rígida que las habituales que está diseñada específicamente para el vas de la máquina.

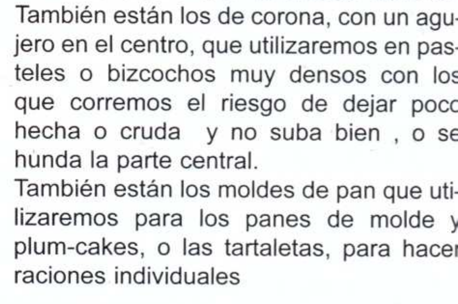
También es bueno contar con los llama dos "cuchillos paleta", con una hoja metá lica fina y flexible con la punta redondea da que tanto nos servirá para manejar ali mentos planos y delicados, como par extender perfectamente un glaseado co un acabado completamente profesional.

Moldes de hornear

Pueden ser fijos o desmontables (s separa el fondo de la corona para as desmoldar mejor las tartas) y sus parede pueden ser lisas o rizadas. Existen d multitud de formas, las más habituale son los moldes redondos, que convien tener de dos o tres diámetros distintos También están los de corona, con un agujero en el centro, que utilizaremos en pasteles o bizcochos muy densos con lo que corremos el riesgo de dejar poc hecha o cruda y no suba bien , o s hunda la parte central.

También están los moldes de pan que utilizaremos para los panes de molde y plum-cakes, o las tartaletas, para hace raciones individuales





Soplete

Ideal para el acabado brulée o tostado de algunas cremas. Son de gas y recargables y acaban siendo tremendamente útiles para conseguir efectos profesionales en muchas preparaciones.
Evidentemente, hemos de manejarlo con sumo cuidado.

Rodillo

Los hay de madera y de otros materiales. Los que tienen los mangos fijos son más apropiados para masas duras como la de pizza, y lo que tienen el mango giratorio permiten controlar mejor la presión que se ejerce sobre la masa, por lo que son más apropiados para masas más finas y delicadas como las de hojaldre o de galletas.

Cortapastas y cortagalletas

Están por un lado los que son de formas geométricas o de fantasía, de muchos tamaños, y por otro lado los que consisten en un mango con una rueda (lisa o rizada) que se desliza sobre la masa para cortar la forma deseada. También se utiliza para cortar los bordes de las tartas.

Manga pastelera y juego de boquillas

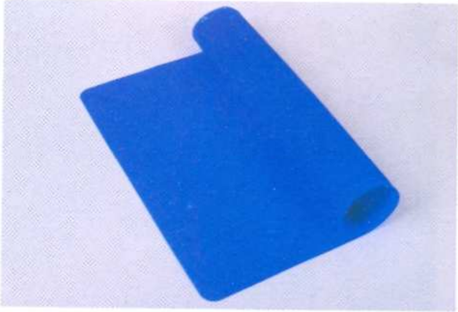
No es más que un cucurucho de material plástico o tela impermeable rematada por una boquilla de distintas formas que sirve para manejar masas suaves, hacer galletas, pastas, choux, decoraciones, e incluso nos sirve para preparar croquetas de manera fácil. Las hay desechables o reutilizables. Elige una que sea muy resistente, y un juego de boquillas muy variado para múltiples acabados.

Coladores y espolvoreadores

Nos servirán a la hora de colar determinados líquidos o mezclas, o espolvorear azúcar o chocolate de manera muy decorativa. Los hay de distintos tamaños de agujero, desde los más finos hasta los más grandes, para azúcar gruesa o chocolate rallado. Dan un efecto de espolvoreado muy homogéneo.

Esterillas de horno Silpats

A la hora de hornear masas planas, galletas, pizzas, crujientes o en general cualquier cosa que se pueda pegar en la bandeja del horno, resulta impagable contar con una de estas esterillas de silicona que aguantan altísimas temperaturas y que son totalmente antiadherentes. Ponlas a prueba.



Pinceles

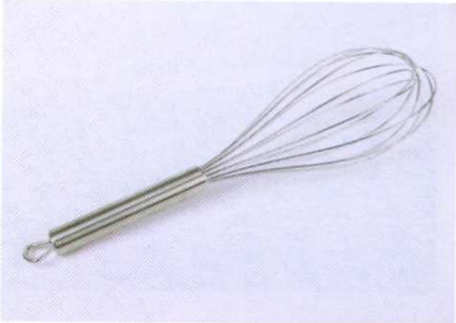
Necesarios a la hora de extender glaseados sobre nuestras preparaciones antes o después de ponerlas en el horno. Los podemos encontrar de distintas formas y materiales más o menos suaves. Lo ideal es contar con dos o tres tamaños distintos.

Cuencos para mezclar

Es bueno contar con unos cuantos de distintos diámetros para reservar, mezclar, pesar, etc. aparte de la Thermomix. Pueden ser de cristal, porcelana o acero inoxidable.

Varillas batidoras

Aunque nuestra Thermomix es única batiendo con o sin la mariposa, también es práctico contar con unas varillas manuales que nos permitirán mezclar suavemente, batir pequeñas cantidades, y en definitiva complementar las capacidades de mezclado y batido de nuestra máquina. Es bueno contar con un par de tamaños para cubrir varias necesidades.



RECETA PARA TM 31

GALLETAS AL RON

Ingredientes

Para las galletas:

- 250 gr. de mantequilla
- 90 gr. de azúcar glasé
- 1 cucharaditas de ron moreno
- 400 gr. de harina bizcochona

Para el relleno:

- 2,5 cubiletes de nata para montar
- 1 cucharada de azúcar glasé
- 2 cucharaditas de ron moreno

Preparación

1 Para hacer la masa de las galletas introduce la mantequilla, el azúcar y el ron moreno en el vaso y bate 3 minutos, a velocidad 3.

2 Precalienta el horno a 180º. Forra una bandeja de horno con papel engrasado.

3 Añade la harina y programa 1 minuto, a velocidad 4. Pasa la masa a una manga pastelera con boquilla rizada y extiende tiras de 4 cm. sobre la bandeja de horno. Hornea unos 7 minutos a 180º o hasta que empiecen a dorarse por los bordes. Saca del horno, deja reposar unos minutos y a continuación pasa a una rejilla para que se enfríen.

4 Para el relleno monta la crema de leche, con el ron y el azúcar glasé, en el vaso con la mariposa, a velocidad 3 1/2. Pasa a una manga con boquilla rizada y extiende un poco de crema sobre una galleta y cubre con otra a modo de sandwich.

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 2.

3 Velocidad 3.

4 Velocidad 3.

En vez de harina bizcochona puedes usar harina blanca añadiendo una cucharadita de levadura en polvo. Si cuesta mucho sacar la masa por la manga, añádele un poco de mantequilla.

RECETA PARA TM 31

GALLETAS DE JENGIBRE

Ingredientes

- 125 gr. de mantequilla
- 1 cubilete de miel de caña
- 400 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 1 cucharadita de levadura en polvo
- 2 cucharaditas de jengibre fresco rallado o seco molido
- 100 gr. de azúcar
- 1 huevo

Adaptación para TM 21

Admite todo igual

Preparación

1. Derrite la mantequilla con la miel de caña 4 minutos, temperatura 60º, velocidad 2.

2. Añade el resto de los ingredientes en el vaso y programa 1 minuto, velocidad espiga. Pasa la masa a una mesa enharinada y trabájala brevemente con las manos. Estira con un rodillo hasta darle un grosor de 3 milímetros y corta las galletas con la forma de muñecos o estrellas. Decora a gusto con perlas de chocolate, anises, etc.

3. Hornea a 180º, unos 10 minutos, o hasta que estén doradas, sobre bandeja de horno con papel de horno.

4. Retira con cuidado las galletas todavía calientes y deja enfriar sobre rejilla. Guarda en un recipiente hermético para que se mantengan crujientes.

Si no tienes moldes o cortapastas puedes hacer los muñecos dibujándolos sobre un papel y apoyándolos sobre la masa, cortándolos con un cuchillo bien afilado.

COOKIES

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 250 gr. de azúcar moreno
- 180 gr. de mantequilla
- 1 huevo
- 350 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 1 y 1/2 cucharaditas de levadura en polvo
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

Para decorar:

- Almendras laminadas
- Frutas confitadas
- Guindas confitadas
- Queso crema
- Pasas, piñones

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 2. Mezcla a velocidad 4.

Preparación

1 Mezcla la mantequilla y el azúcar moreno en el vaso 2 minutos, a velocidad 3. Baja con la espátula y añade el resto de ingredientes. Mezcla 1 minuto, a velocidad 5. Baja con la espátula y mezcla otro minuto a velocidad 5. Calienta el horno a 180º y forra una bandeja de horno con papel engrasado.

2 Corta en varias porciones. A una de ellas añade trozos de fruta confitada. Haz rulos con la masa y envuelve en papel film. Deja enfriar unos minutos en congelador. Saca los rulos y corta con un cuchillo discos de 5 mm. de grosor. Coloca las pastas con frutas confitadas en la bandeja. Las demás galletas cúbrelas unas con pasas y piñones, otras con almendras en láminas y otras déjalas sin decoración. Hornea 12 minutos, a 180º. Saca, deja enfriar y decora las pastas lisas con un poco de queso cremoso con una guinda en el centro.

RECETA PARA TM 31

GALLETAS DE AVELLANAS

Ingredientes

- 250 gr. de mantequilla
- 150 gr. de azúcar
- 300 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 100 gr. de avellanas peladas
- 1 huevo
- 1 yema de huevo
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de levadura química en polvo
- Unas 30 avellanas para decorar

Preparación

1. Precalienta el horno a 180º. Tritura las avellanas 20 segundos, a velocidad 6. Reserva.
2. Bate la mantequilla y el azúcar 2 minutos, velocidad 4. Añade el huevo, la yema y la esencia de vainilla y mezcla 30 segundos, velocidad 4.
3. Incorpora la harina, la levadura y las avellanas molidas y programa 1 minuto, velocidad 6.
4. Haz bolitas de masa y ponlas espaciadas en una bandeja de horno forrada de papel engrasado. Aplana con la mano y coloca una avellana en el centro de cada galleta. Hornea unos 12 minutos, a 180º. Deja enfriar y guarda en una lata hermética.

Adaptación para TM 21

Admite todo igual.

Si quieres puedes enfriar un poco la masa para trabajarla mejor con las manos.

CARBAYONES

Ingredientes

- 500 gr. de masa de hojaldre
- 100 gr. de almendras molidas
- 100 gr. de mantequilla
- 6 huevos
- 1/2 cubilete de licor de manzana
- 80 gr. de harina de fuerza
- 500 gr. de azúcar

Para el glaseado:

- Zumo de 1/2 limón
- 1 cubilete de agua
- 1 cubilete de azúcar

Adaptación para TM 21

3 Velocidad 3.

4 Temperatura 40º, velocidad 3.

Preparación

1 Separa las claras de las yemas y reserva por separado. Precalienta el horno a 180º.

2 Si las almendras las has comprado enteras tritúralas a velocidad 6 hasta que se haga un polvo fino. Reserva.

3 Bate las yemas con el azúcar hasta que blanqueen, 2 minutos, a velocidad 4.

4 Con la mariposa puesta sobre las cuchillas, pon las claras con 3 cucharadas de azúcar en el vaso. Bate a 37º a velocidad 3 1/2 hasta que monten.

5 Mezcla muy suavemente en un bol las yemas del paso 3, las claras montadas del paso 4 y las almendras molidas. Añade la harina, la mantequilla derretida y el licor y mezcla con cuidado para que no se baje.

6 Forra moldes con el hojaldre, rellena con la masa y hornear a 180º, una media hora, hasta que se doren. Saca, enfría y desmolda. Cubre con un glaseado hecho con agua, azúcar y zumo de limón batidos 1 minuto, a velocidad 4 en el vaso sin mariposa.

Si quieres puedes hacer una tarta con los mismos ingredientes, usando un molde desmontable de 22 cm. forrado con el hojaldre y relleno de la masa.

Sobaos

Ingredientes

- 250 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 250 gr. de mantequilla sin sal
- 250 gr. de azúcar
- 3 huevos
- 1 cucharadita de levadura en polvo
- Una pizca de sal
- Medio cubilete de ron moreno

Adaptación para TM 21

1 Temperatura 40ºC.

Preparación

1 Calienta el horno a 180ºC. Bate la mantequilla y el azúcar en el vaso, 2 minutos, a 37º, velocidad 5.

2 Añade los huevos, el ron, la harina, la sal y la levadura. Mezcla todo bien 1 minuto, velocidad 3.

3 Vierte la masa en cápsulas de papel grandes de magdalenas, engrasadas, o en moldes de sobaos hechos con papel. Si quieres puedes hornearlo en un molde plano grande, dando 1 cm. de grosor a la masa. Hornea unos 20 minutos, a 180º, hasta que empiece a dorarse por encima.

Puedes usar, en vez del ron, licor de manzana o de naranja.

HARINA "BIZCOCHONA"

Descubre todos sus secretos

¿Sabes lo qué es realmente la Harina BIZCOCHONA? ¿Conoces todas sus propiedades? ¿En qué caso específico tenemos que utilizarla? En este artículo solventaremos todas tus dudas y, además, os diremos qué podéis hacer para probar el regalo de este número cortesía de Harimsa.

La Harina BIZCOCHONA contiene una serie de características que la hacen única. La harina base con la que se elabora este producto es harina de repostería, es decir, una harina de mayor calidad y con unos parámetros más elevados que la de uso común (aquella denominada "harina de trigo", apta para la alimentación humana). La harina de repostería contiene, en su mayoría, trigos de tipo candeal, también llamados "de invierno", que proporcionan proteínas, fuerza, elasticidad, extensibilidad y tenacidad, propiedades indispensables para la elaboración de todos los productos de repostería (bizcochos, pasteles, masa quebrada, pan, pizza...).

Harina y levadura

Antes de empezar a explicar la Harina BIZCOCHONA, hay que aclarar que existen diferentes tipos de harina: la harina de USO COMÚN (calidad estándar), la de REPOSTERIA (calidad superior) y la de FUERZA (calidad alta gama). Harimsa con más de cien años de experiencia sabe, en cada momento, cuál es la mezcla de trigos más adecuada, cuáles son las variedades de trigos ideales y qué elaboraciones se pueden hacer con esta mezcla.

La levadura también es un producto esencial en la Harina Bizcochona. Harimsa no ha utilizado el nombre de "impulsor de masas" o "levadura química" en el envase de esta harina para no crear confusión entre los consumidores (dado que, normalmente, este tipo de levaduras son conocidas por el nombre de la marca que la ha comercializado tradicionalmente, en este caso, ROYAL).

Un producto bien hecho

Una de las grandes ventajas de la Harina Bizcochona es que auna magistralmente harina y levadura en un solo producto, favoreciendo y simplificando de este modo la elaboración de postres. Gracias a este tipo de harina, ahorrare

mos dinero y tiempo. Otra de sus ventajas, es que puede ser utilizada como harina de uso común en recetas que no precisen levadura. Es tan versátil que puede ser utilizada para rebozados, buñuelos, bechameles, espesantes, etc. Para lo

Una de las grandes ventajas de la Harina Bizcochona es que aúna harina y levadura en un solo producto.

único que no se puede utilizar es para las masas que necesiten fermentación con levadura natural. Para ello, Harimsa propone dos harinas especiales:
La Harina especial PIZZA con levadura incorporada, para masas de fermentación baja (ideal para cocas alicantinas o catalanas, masa quebrada, pizzas, etc) y la Harina especial FUERZA, a la que habrá que añadir levadura seca o fresca, para masas de fermentación más enérgica y gran desarrollo en el horno (panes especiales o panes integrales, pannetone, bollería de gran esponjamiento, hojaldres, roscón de reyes, toñas, churros madrileños, masa para hacer monas de pascua).

Para finalizar, podemos concluir recordando que gracias a la Harina BIZCOCHONA, tenemos cubiertas la mayoría de las necesidades en nuestra cocina. Con la Harina especial PIZZA con levadura incorporada haremos las mejores pizzas y con la Harina especial FUERZA, tenemos el éxito garantizado en platos de alta repostería y panes especiales. ¿Quién da más?

MUFFINS DE ARÁNDANOS

ingredientes

100 gr. de Harina Bizcochona *Harimsa* • Media cucharadita de canela molida • Una pizca de sal • 1 huevo • 1 cubilete de leche • 80 gr. de azúcar • 60 gr. de girasol

preparación TM31

1 Calienta el horno a 200º. Engrasa un molde de muffins metálico o tartaletas de papel redondas.

2 Mezcla todos los ingredientes, menos los arándanos, en el vaso 20 segundos, a velocidad 5. Añade los arándanos y mezcla con una espátula suavemente. Vierte en los moldes y hornea unos 15 minutos, a 200º.

adaptación TM21

Admite todo igual.

RECETA PARA TM 31

BIZCOCHO PARA PASTELES

Ingredientes

- 6 huevos
- 200 gr. de azúcar
- 200 gr. de harina de trigo Mediterráneo

Preparación

1 Precalienta el horno a 180º. Engrasa y enharina un molde de 22 cm. de bizcocho desmontable.

2 Pon la mariposa e introduce en el vaso el azúcar y los huevos. Programa 8 minutos, a 37º de temperatura, velocidad 3 1/2. Sin la temperatura, programa 10 minutos, a velocidad 3 1/2 . En este punto la mezcla de huevos y azúcar debe haber aumentado su volumen hasta el doble como mínimo.

3 Vierte la batida en un bol grande ayudándote de la espátula. Pesa los 200 gr. de harina en un recipiente sobre la máquina. Pasa la harina por un tamiz o colador fino y, con una espátula o mejor con la propia mano usando un guante de plástico, ve incorporando la harina a la batida poco a poco. No añadas más harina hasta que haya incorporado la anterior. Bate con mucha suavidad para evitar que la masa se baje.

4 Una vez incorporada toda la harina vierte la masa en el molde engrasado y enharinado y cuece en el centro del horno precalentado a 180º, durante unos 15-20 minutos, o hasta que esté cocido y dorado. El punto de cocción puede verse insertando una brocheta metálica en el centro, que debe salir limpia cuando el bizcocho está listo.

5 Saca del horno y deja enfriar en el molde. Desmolda con cuidado.

Lo más higiénico, si vas a usar las manos, es usar un guante de silicona para esta operación. Si se quiere rellenar lo cortaremos en discos con un cuchillo de sierra grande, pero no olvides hacerlo cuando esté totalmente frío, para evitar que se rompa.
Otra recomendación muy importante es no abrir nunca el horno durante la cocción, para evitar que se baje, sobre todo en los primeros 10 minutos.

Vierte la masa obtenida en el paso 2 en un bol lo suficientemente grande.

Añade la harina tamizada poco a poco, mezclando con cuidado con una mano enguantada, o una espátula.

Vierte la masa inmediatamente en el molde engrasado y hornea a 180º unos 15 minutos.

Comprueba el grado de cocción, insertando una brocheta metálica en el centro del bizcocho hasta que salga limpia.

Adaptación para TM 21

2 Temperatura 40º.

BIZCOCHO DE PLANTILLA

Ingredientes

- 6 huevos
- 200 gr. de azúcar
- 200 gr. de harina de trigo Mediterráneo

Preparación

1 Precalienta el horno a 180º.

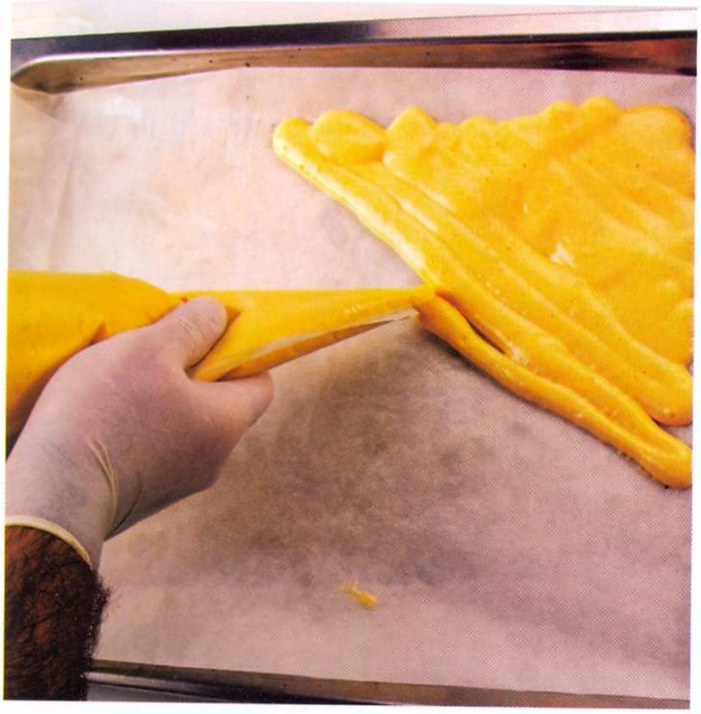
2 Pon la mariposa sobre las cuchillas e introduce en el vaso el azúcar y los huevos. Programa 8 minutos, a 37º de temperatura, velocidad 3 1/2. Sin temperatura, programa 10 minutos, a velocidad 3 1/2. En este punto la mezcla de huevos y azúcar debe haber aumentado su volumen hasta el doble como mínimo.

3 Vierte la batida en un bol grande ayudándote de la espátula. Pesa los 200 gr. de harina en un recipiente sobre la máquina. Pasa la harina por un tamiz o colador fino y, con una espátula o mejor con la propia mano enguantada, ve incorporando la harina poco a poco. No añadas más harina hasta que hayas incorporado la anterior. Bate con mucha suavidad para evitar que la masa se baje.

4 Una vez incorporada toda la harina extendemos sobre la bandeja de horno recubierta de papel de horno engrasado, con un grosor de 1 ó 2 cm. Para que la superficie quede lisa y homogénea podemos extenderla con una espátula antes de hornear o bien repartirla con la manga pastelera con boquilla lisa sobre el papel de horno.

5 Cuece el bizcocho a 180º unos 5-10 minutos máximo, hasta que esté cocido y empiece a dorarse ligeramente. Es importante desmoldarlo aún caliente, sobre otro papel extendido, para que no se rompa. Deja enfriar.

Si no lo vas a usar pronto lo ideal es congelarlo para que no se endurezca. Para ello lo mejor es ponerlo sobre una bandeja grande, envolverlo bien con papel film e introducirlo en el congelador. Luego para usarlo basta sacarlo una hora antes.



Extiende la masa con una manga pastelera de forma uniforme sobre una bandeja de horno con papel engrasado.

La superficie debe quedar lisa y sin huecos para que el bizcocho quede perfecto.

Hornea a 180º y desmolda sobre una superficie plana a los cinco minutos de sacarlo del horno.

Una vez frío, corta el bizcocho con el molde adecuado a la receta que vayas a realizar.

Adaptación para TM 21

2 Temperatura 40º.

RECETA PARA TM 31

PASTEL DE CREMA DE VINO MÁLA

LAGA Y FRUTOS SECOS

RECETA PARA
TM 31

Se puede sustituir el vino moscatel por brandy u otro licor. Lo ideal es hacer este pastel la víspera, para que los sabores se aúnen, como casi todos los pasteles con cremas.

Ingredientes

Para 2 láminas de bizcocho de plantilla:

- 6 huevos
- 200 grs. de azúcar
- 200 grs. de harina de trigo Mediterráneo

Para la crema de vino:

- 6 yemas de huevo
- 100 grs. de azúcar
- 2 cubiletes de vino moscatel
- 500 grs. de mascarpone o queso crema

Para mojar el bizcocho:

- 1/2 taza de café fuerte
- 1 cubilete de amaretto

Para la decoración:

- 100 gr. de frutos secos (nueces, piñones, pasas sin semillas remojadas,..)
- Chocolate negro en polvo, virutas de chocolate, crocanti de almedras

Preparación

1 Precalienta el horno a 180º y cubre dos bandejas con papel de horno. Prepara el bizcocho según indicaciones de la receta de bizcocho de plantilla. Cuece a 180º unos 10 minutos. Saca las platillas, dales la vuelta sobre otro papel de horno y desmolda con cuidado en caliente. Deja enfriar.

2 Para hacer la crema coloca las yemas en el vaso con el moscatel y el azúcar. Coloca la mariposa y programa 10 minutos, a 90º velocidad 3. Deja enfriar unos minutos. Quita la mariposa, añade el queso crema y bate 30 segundos, a velocidad 4, o hasta que el queso se haya mezclado completamente con la crema. Reserva en frío.

3 Corta el bizcocho en dos círculos de unos 22 cm. Coloca uno de ellos en una fuente, mójalo con la mezcla de café y licor con un pincel. Cubre con las pasas remojadas en moscatel y los frutos secos. Reparte la mitad de la crema sobre ello. Cubre con el otro bizcocho, mójalo con el café y licor y cubre todo con la crema restante. Espolvorea con abundante cacao en polvo y decora a gusto con frutos secos, bayas rojas, virutas de chocolate, etc. Deja reposar en nevera hasta el momento de servir.

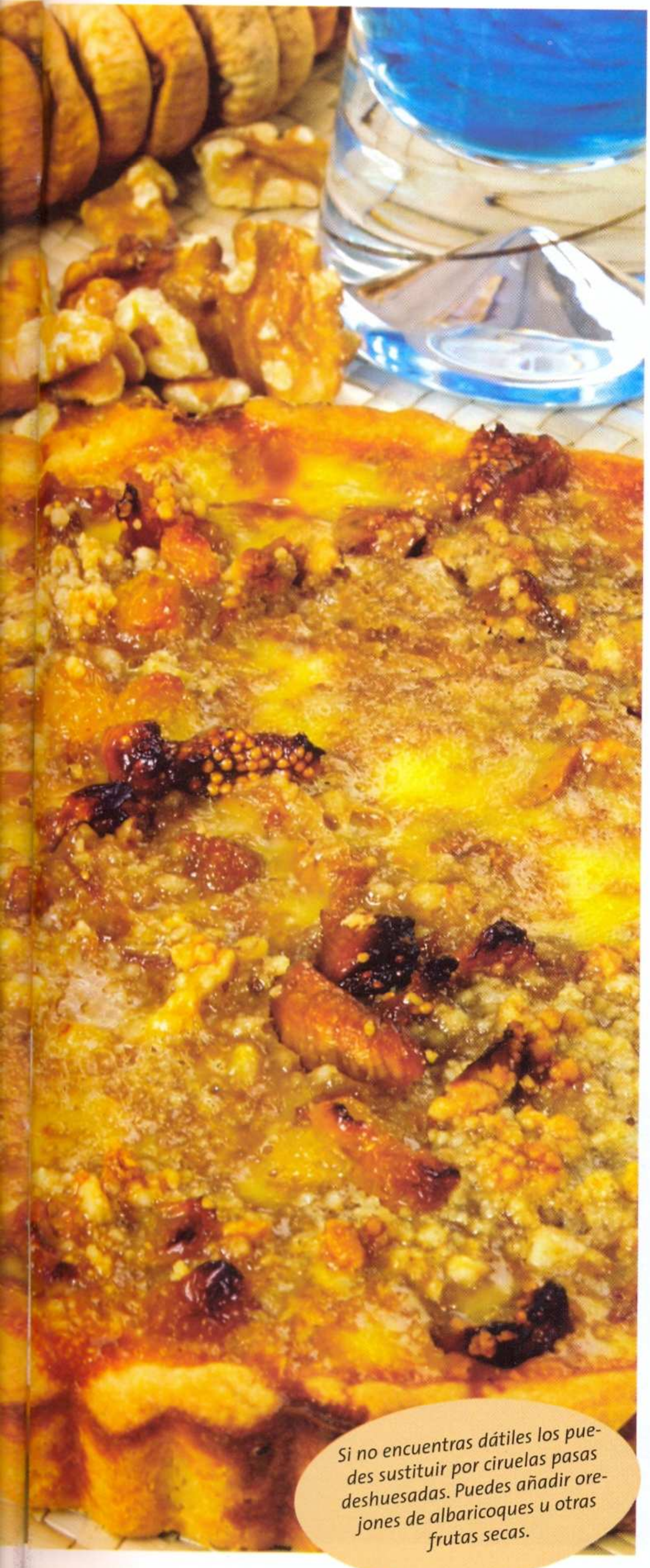
Adaptación para TM 21

Admite todo igual

RECETA PARA TM 31

TARTA DE MÚSICO

RECETA PARA TM 31



Si no encuentras dátiles los puedes sustituir por ciruelas pasas deshuesadas. Puedes añadir orejones de albaricoques u otras frutas secas.

Ingredientes

Para la masa:

- 200 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 100 gr. de mantequilla
- 50 gr. de azúcar glasé
- Ralladura de medio limón
- Pizca de sal
- 2 cucharadas de agua

Para el relleno:

- 2 huevos
- 50 gr. de azúcar
- 2 cubiletes de crema de leche
- 80 gr. de dátiles deshuesados
- 80 gr. de higos secos
- 30 gr. de pasas sin semillas
- 30 gr. de almendras peladas
- 30 gr. de nueces peladas

Preparación

1 Calienta el horno a 180º. Pon en remojo en agua templada los dátiles, las pasas y los higos.

2 Mezcla todos los ingredientes de la masa en el vaso durante un minuto, a velocidad 5. Recuerda que la mantequilla debe estar fría. Haz una bola con la masa, recubre de papel film y guarda en el frigorífico durante dos horas. Pasado este tiempo extiende con rodillo y forra con la masa un molde redondo desmontable de 20 cm. Pincha el fondo con un tenedor y hornea unos 20 minutos a 180º.

3 Tritura mientras tanto las nueces y las almendras en la máquina unos segundos, a velocidad 6. Escurre y trocea los frutos secos remojados del paso 1, y ponlos dentro de la base prehorneada junto con las almendras y nueces picadas. Mezcla en el vaso los huevos, el azúcar y la crema de leche indicados para el relleno, durante 20 segundos, a velocidad 3. Vierte sobre los frutos secos y vuelve a hornear todo junto unos 20-25 minutos, a 180º, hasta que cuaje y tome un bonito color dorado. Deja enfriar y sirve.

Adaptación para TM 21

2 Velocidad 3.

3 Velocidad 4. Mezcla... a velocidad 2.

RECETA PARA TM 31

PASTEL DE TIRAMISÚ CON ALMEN

Puedes sus
ne por qu
sabor no s
des añadi
to, o bran
aro

NDRAS

Ingredientes

Para la crema de queso:

- 4 yemas de huevo
- 80 gr. de azúcar glasé
- 250 gr. de mascarpone
- 5 claras de huevo
- 125 gr. de azúcar

Para el bizcocho:

- 6 huevos
- 3 yemas de huevo
- 130 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 200 gr. de azúcar

Para el almíbar de café:

- 20 gr. de café en polvo soluble
- 200 ml. de agua
- 100 gr. de azúcar

Para decorar:

- 200 gr. de almendras fileteadas
- Vainilla molida
- Agua de azahar
- Almíbar
- Azúcar glasé

Preparación

1 Precalienta el horno a 200º. Engrasa con mantequilla y enharina un molde redondo de aro desmontable. Introduce en el vaso, con la mariposa, los 6 huevos, las 3 yemas y el azúcar, y programa 5 minutos, a 37º, velocidad 3 1/2. Quita la temperatura y sigue batiendo 8-10 minutos, a velocidad 3 1/2, o hasta que se haya enfriado totalmente. Pasa a un bol ayudándote de la espátula e incorpora la harina tamizada poco a poco, usando la mano con un guante de los desechables o con la espátula. Vierte en el molde y cuece unos 20 minutos, a 200º. Saca del horno, deja enfriar y desmolda con cuidado. Córtalo en dos discos.

2 Prepara el relleno con las 4 yemas y los 80 gr. de azúcar glasé. Bátelos en el vaso con la mariposa, a velocidad 3, unos 5 minutos. Quita la mariposa y añade el mascarpone, mezcla 1 minuto, a velocidad 3. Vierte en un bol y reserva. Lava el vaso y sécalo bien. Introduce las 5 claras, con la mariposa puesta sobre las cuchillas y bate a velocidad 3 1/2, a 37º de temperatura, incorporando poco a poco los 125 gr. de azúcar, hasta que se monten, unos 8 minutos. Mezcla con cuidado este merengue con la mezcla de queso en el bol. Reserva.

3 Lava el vaso, introduce el agua y el azúcar para hacer el almíbar de café. Programa 5 minutos a temperatura Varoma, velocidad 2. Añade el café soluble y mezcla unos segundos.

4 Monta el pastel mojando uno de los bizcochos reservados con el jarabe de café. Cubre con una capa de crema de queso, coloca el otro disco de bizcocho, mójalo con jarabe, cubre con crema de queso y acaba con el último disco, cubierto de crema igualmente.

5 Hornea las almendras fileteadas sobre una bandeja de horno unos pocos minutos, espolvoreadas de vainilla molida y perfumadas con agua de azahar y un poco de almíbar de azúcar. Cubre el pastel por completo con las almendras tostadas y espolvorea de azúcar glasé.

Adaptación para TM 21

1 A 40º, velocidad 3. Sigue batiendo, a velocidad 2.

TARTA DE PERAS

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 400 gr. de harina de fuerza HARIMSA
- 125 gr. de azúcar
- 125 gr. de mantequilla
- 400 gr. de peras en almíbar
- 2 huevos
- 2 cucharadas de azúcar moreno para el molde
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

Preparación

1 Precalienta el horno a 180º. Forra con papel de horno engrasado un molde de 20 cm.

2 Espolvorea el azúcar moreno en el fondo del molde, y cubre con las peras troceadas.

3 Coloca el azúcar blanca con la mantequilla en el vaso y programa 5 minutos, a 50º, a velocidad 3. Añade los huevos, la harina y la esencia de vainilla. Programa 1 minuto, velocidad 3.

4 Vierte en el molde sobre las peras y hornea unos 50 minutos, a 180º, o hasta que al insertar una brocheta en el centro del pastel salga limpia.

5 Saca del horno, deja enfriar un rato en el molde y desmolda sobre una fuente.

Adaptación para TM 21

3 Velocidad 2. Añade ... a velocidad 2.

No olvides dejar reposar el pastel fuera del horno al menos 15 minutos antes de desmoldar, ya que si no las peras se quedarían pegadas al fondo.

RECETA PARA TM 31

TARTA DE CREMA

Para decorar la tarta puedes guardar un poco de pasta y hacer unas hojas, o bien hacer tiras sobre la superficie cruzándolas entre sí para hacer un enrejado. Lo ideal es servirla con un puré de frutos rojos.

Ingredientes

Para la masa:

- 350 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 1 cucharadita de levadura química
- 60 gr. de mantequilla
- 60 gr. de azúcar
- 1 huevo
- 1 cubilete de leche fría

Para la crema de vainilla:

- 1/2 litro de leche
- 1 ramita de canela
- 1 cucharada de ralladura de limón
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 3 yemas de huevo
- 100 gr. de azúcar
- 50 gr. de harina fina de maíz
- 45 gr. de mantequilla

Preparación

1 Para hacer la masa mezcla todos los ingredientes en el vaso, durante 1 minuto, a velocidad 3, o hasta que la masa empiece a desprenderse de las paredes. Envuelve en papel film y refrigera dos horas como mínimo. Lava el vaso.

2 Mientras prepara el relleno. Para ello empieza pesando 500 gr. de leche entera en el vaso con la canela en rama, esencia de vainilla y la ralladura de limón. Programa 7 minutos, a 100º, velocidad 2, o hasta que empiece a hervir. Cuela la leche aromatizada con el cestillo o un colador sobre un recipiente y reserva.

3 Lava el vaso. Introduce las yemas con el azúcar y programa 5 minutos, a 37º, velocidad 3 1/2. Añade la harina de maíz y la leche templada del paso 2. Programa 5 minutos, a 90º, velocidad 3, hasta que espese la crema. Añade la mantequilla, bate unos segundos a velocidad 3 y pasa la crema a un bol, con la ayuda de la espátula, para que se enfríe.

4 Divide la masa en dos y extiende con un rodillo. Cubre la base de un molde de tarta de 23 cm. Rellena con la crema y cubre con la otra mitad de la masa extendida. Decora, pinta con leche y hornea a 200º, unos 20-25 minutos.

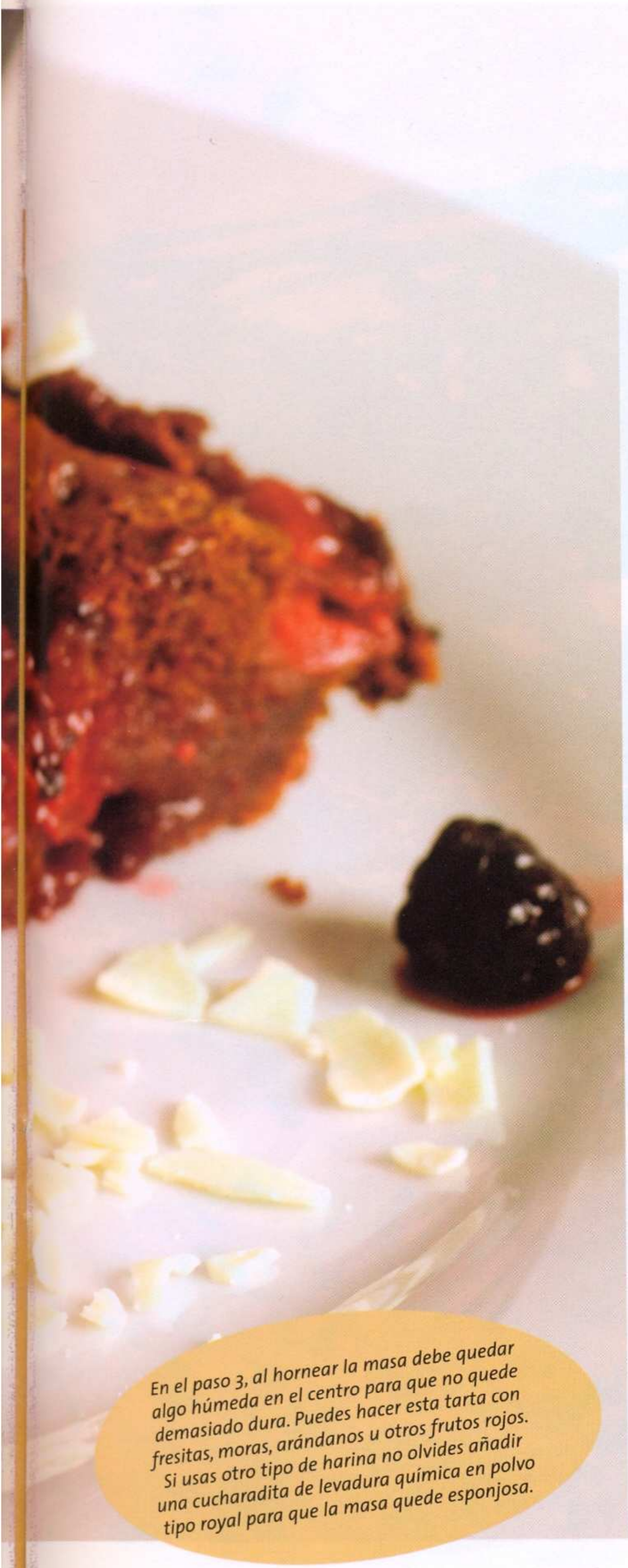
Adaptación para TM 21

3 Temperatura 40º.

RECETA PARA
TM 31

TARTA DE CHOCOLATE CON FRUT

RECETA PARA TM 31



En el paso 3, al hornear la masa debe quedar algo húmeda en el centro para que no quede demasiado dura. Puedes hacer esta tarta con fresitas, moras, arándanos u otros frutos rojos. Si usas otro tipo de harina no olvides añadir una cucharadita de levadura química en polvo tipo royal para que la masa quede esponjosa.

Ingredientes

- 160 gr. de harina bizcochona
- 180 gr. de azúcar glasé
- 30 gr. de cacao puro en polvo desgrasado
- Una pizca de sal
- 180 gr. de queso crema desnatado
- 50 ml. de leche descremada
- 1 cucharada de extracto de vainilla
- 125 ml. de agua
- 500 gr. de frutos rojos (frambuesas, fresas, arándanos)
- 40 gr. de azúcar
- Ralladura de naranja y limón

Para la decoración:

- Unas pocas frambuesas
- Virutas de chocolate

Preparación

1 Precalienta el horno a 180º.

2 Introduce en el vaso el queso, la leche, la vainilla y el agua. Mezcla 30 segundos, a velocidad 4. Añade la harina, el azúcar glasé, el cacao y la sal y programa 1 minuto, velocidad 3.

3 Rellena con esta masa un molde desmontable de 23 cm. Mezcla 400 gr. de frutos rojos con los 40 gr. de azúcar y las ralladuras de naranja y limón. Cubre la masa con esta mezcla y hornea a 180º, unos 40 minutos y deja enfriar fuera del horno dentro del molde.

4 Desmolda con cuidado, pasa la tarta a una fuente y cubre bien con film transparente para que no coja olores y guarda en el frigorífico.

5 A la hora de servir cubre las porciones con virutas de chocolate y el resto de los frutos reservados.

Adaptación para TM 21

2 Velocidad 2. Bate a velocidad 2.

RECETA PARA TM 31

PASTEL DE MOKA

PASTEL DE SAN MARCOS

Ingredientes

Para el bizcocho:

- 8 huevos
- 200 gr. de azúcar
- 200 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- Ralladura de cáscara de dos naranjas

Para la crema moka:

- 200 gr. de mantequilla
- 100 gr. de azúcar
- 1 1/2 cubiletes de agua
- 1 cucharada de café soluble
- 1 cucharada de agua

Para aromatizar el bizcocho:

- 1 copa de ron moreno

Para la decoración:

- Almendras fileteadas tostadas, virutas de chocolate, coco rallado, etc.

Preparación

1. Enciende el horno a 180º. Unta con mantequilla un molde desmontable de 22 cm. y empolvoréalo de harina. Pon en el vaso los huevos con el azúcar y monta con la mariposa 8 minutos, a 37º, a velocidad 3 1/2. Quita la temperatura y sigue montando con mariposa 10 minutos, a velocidad 3 1/2, o hasta que doble su volumen. Pasa a un bol e incorpora la harina tamizada con cuidado, para que no se baje, añade con cuidado la ralladura de naranja. Hornea a 180º, unos 15-20 minutos, o hasta que esté cocido (compruébalo insertando una brocheta). Deja enfriar en el molde, desmolda con cuidado y corta por la mitad en dos discos.

2. Lava el vaso e introduce los 100 gr. de azúcar y 1 1/2 cubiletes de agua. Programa 4 minutos, a temperatura Varoma, velocidad 2. Aparta en un bol y deja enfriar este almíbar. Lava el vaso y pon la mantequilla dentro y bate a velocidad 2-3, incorporando el almíbar ya frío en hilo, hasta que se mezcle. Seguir batiendo unos segundos y añadir el café disuelto en una cucharada de agua fría. Cuando se haya incorporado para la máquina y pasa la crema a un bol y guarda en frío unos minutos.

3. Mientras se enfría la crema moja los dos discos de bizcocho con el ron moreno. Cubre el bizcocho de la base con una fina capa de crema moka, tapa con el otro disco y cubre todo con el resto de la crema. Alisa la superficie con una espátula humedecida y decora a gusto los bordes con almendras, coco rallado, chocolate, etc.

Adaptación para TM 21

1 Temperatura 40º

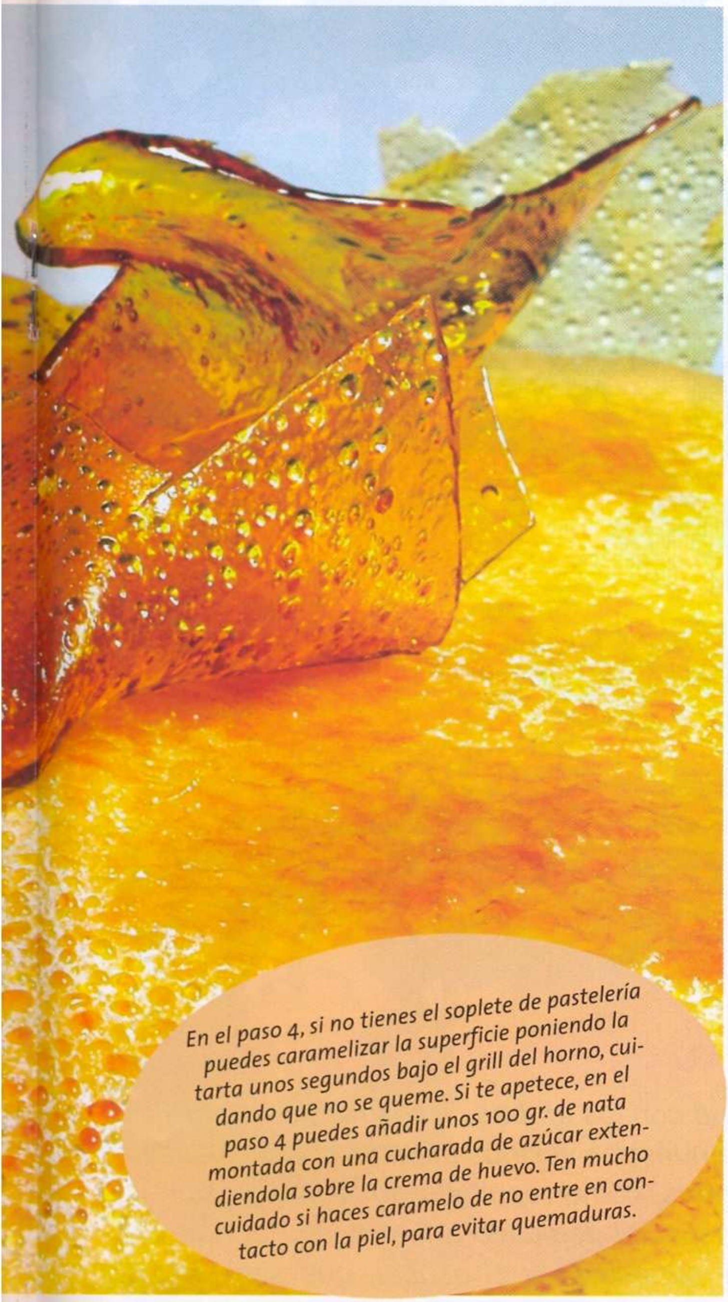
2 Velocidad 1. Bate... a velocidad 2.

RECETA PARA TM 31

PASTEL DE SAN MARCOS

Extiende la crema sobre la superficie del bizcocho y glasea con el azúcar en polvo pasado a través de un colador, dandole ligeros golpes con la palma de la mano.

Carameliza la superficie calentando el azúcar con un soplete de pastelería o con una plancha caliente.



En el paso 4, si no tienes el soplete de pastelería puedes caramelizar la superficie poniendo la tarta unos segundos bajo el grill del horno, cuidando que no se queme. Si te apetece, en el paso 4 puedes añadir unos 100 gr. de nata montada con una cucharada de azúcar extendiéndola sobre la crema de huevo. Ten mucho cuidado si haces caramelo de no entre en contacto con la piel, para evitar quemaduras.

Ingredientes

Bizcocho base:

- *8 huevos*
- *200 gr. de azúcar*
- *200 gr. de harina*

Para la crema:

- *250 gr. de azúcar*
- *125 ml de agua*
- *6 huevos*
- *2 cucharadas de harina fina de maíz*

Para el almíbar:

- *200 gr. de azúcar*
- *100 ml de agua*

Para la decoración:

- *100 gr. de azúcar glasé*
- *Crocante de almendras, frutos rojos, caramelo, etc.*

Preparación pastel del portada

1 *Prepara un bizcocho base con 8 huevos en molde redondo de 22 cm según indicaciones de bizcocho para tartas de esta misma revista. Una vez frío corta dos discos con un cuchillo grande.*

2 *Prepara el relleno calentando en un cazo el azúcar, con el agua, unos 5 minutos, hasta que empiece a espesar. Separa del fuego y deja templar. Introduce en el vaso los huevos con la harina de maíz. Programa 5 minutos, a 100º, velocidad 3, echando por el bocal el almíbar poco a poco, para que no se corte. Debe quedar una crema espesa. Vuelca la crema sobre una mesa limpia y remueve con una espátula o cuchillo grande hasta que se enfríe.*

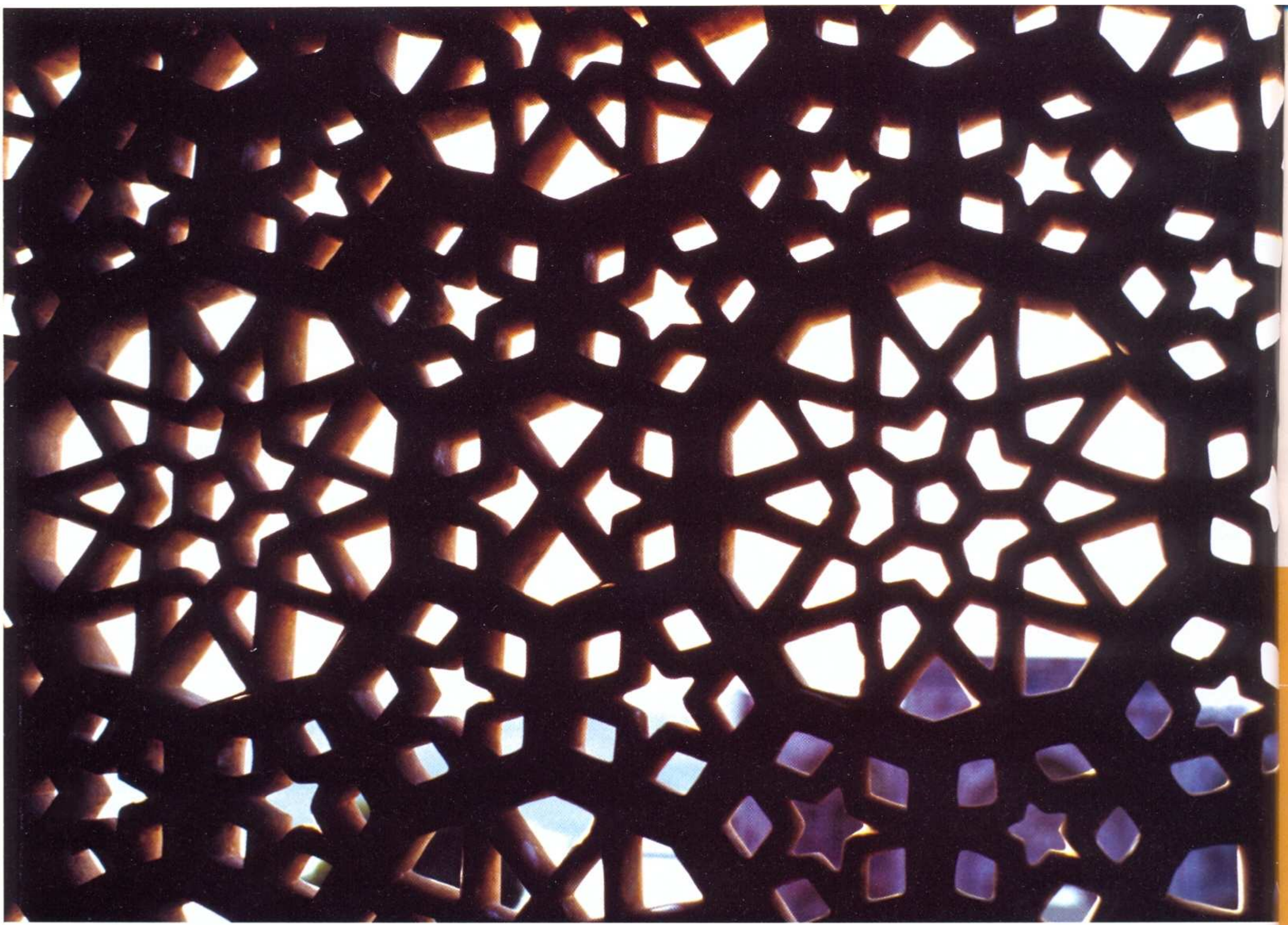
3 *Prepara otro almíbar calentando el agua con el azúcar 7 minutos a temperatura Varoma, velocidad 2. Moja los discos de bizcocho con este almíbar.*

4 *Sobre el bizcocho de abajo extiende una capa de la crema de huevo. Tapa con el otro disco, cubre todo con el resto de la crema. Espolvorea la superficie con el azúcar glasé (foto 1) y quema con un soplete de pastelería hasta que tome un bonito color tostado (foto 2).*

5 *Decora el pastel a gusto, con crocante de almendras, cubriendo los laterales, nata montada, frutas o como en este caso, con láminas de caramelo hechas extendiendo caramelo caliente sobre un papel de horno con cuidado de no quemarse.*

Adaptación para TM 21

Admite todo igual



Lujo oriental

Los amantes de lo dulce tenemos una deuda de gratitud con los árabes. Transmisores de los lujos bizantinos al mundo occidental, la actual repostería de nuestros vecinos mediterráneos empieza a estar presente en todas las grandes metrópolis europeas, como resultado de la inmigración y la globalización. No está de más que, en este número especial dedicado a la repostería, nos acerquemos en profundidad a la sencillez de la miel, las almendras y el azúcar, que simbolizan la repostería de origen árabe.

Como hemos señalado en otras ocasiones, la gastronomía, en general, muestra con claridad la historia de los pueblos. El origen del pueblo árabe están en la península arábiga, en los territorios que hoy conforman Yemen, Arabia Saudita y Omán y no es hasta bien entrado el siglo VII, cuando una sociedad fundamentalmente nómada, inicia su expansión hacia Occidente, coincidiendo con el ocaso de los dos grandes imperios del momento, el Imperio Persa y Bizancio. Obviamente, el gran motor de la expansión árabe por el norte de África y todo Oriente Medio fue el Islam y el gran punto de partida para el auge de la gastronomía fue el califato de los Omeyas.

A la muerte del califa Alí, primo de Mahoma, se inicia el califato Omeya, el cual, traslada la capital a Damasco, antigua capital del Imperio Bizantino y, con ello, asimilan las refinadas costumbres de los bizantinos, que pasa-rían a ser seña de identidad en todos los territorios posteriormente conquistados, entre ellos del gran imperio persa y gran parte de España.

Refinamiento y grandeza

La cocina árabe se ve reflejada gastronómicamente como una cocina refinada, suntuosa, con multitud de ingredientes, poco relacionada con la sobriedad de la subsistencia que caracterizaba a los primeros fogones beduinos. En esa descomunal evolución no sólo interviene Bizancio, sino que también y, de forma más duradera, la cocina persa, la cual introdujo en la árabe sus conocimientos de la cocina india y china con quienes habían estado en contacto los persas durante siglos. Fruto de estas influencias, entran por la puerta grande en la cocina árabe, lo que hoy es una de sus señas de identidad principales: las especias.

La repostería árabe no sólo circunscribe los dulces al final de las comidas, sino que es una costumbre muy extendida consumirlos en cualquier momento del día, junto con café y té.

Donde mejor podemos rastrear la influencia bizantina en la cocina árabe, es precisamente en la repostería. El gusto bizantino por lo sofisticado, por lo sublime y lujoso se muestra con especial énfasis en los postres. Es bizantino el hecho de perfumarlos con aromas de flores, costumbre que aún pervive actualmente. Por otro lado, la influencia persa en los postres se deja sentir especialmente en el arroz con miel, en los pasteles de frutos secos y en las jaleas de numerosas frutas. Tampoco es desdeñable la adaptación

DULCES DE DÁTILES

preparación TM31

1 Fríe las almendras del relleno y ponlas en el vaso con los dátiles deshuesados, las nueces, la canela molida y el agua de azahar. Programa 2 minutos, a velocidad 3-4. Haz pequeñas bolitas a mano con esta masa y reserva.

2 Para hacer la pasta introduce los ingredientes en el vaso y programa 30 segundos, a velocidad 3. Reserva.

3 Haz pequeñas empanadillas con porciones de masa extendida, con el relleno del paso 1 en el centro. Dóblalas y cierra los extremos. Hornea unos 15 minutos y, una vez frios, espolvorea de azúcar glasé.

ingredientes

Para el relleno: 250 gr. de dátiles • 100 gr. de almendras peladas • 50 gr. de nueces peladas • 1/2 cucharadita de canela molida • 5 cl. de agua de azahar • Aceite para freir

Para la pasta: 300 gr. de harina de trigo Mediterraneo *Harimsa* • 250 gr. de mantequilla • 5 cl. de agua de azahar

Para la decoración: 250 gr. de azúcar glasé

adaptación TM21

1 Velocidad 3 1/2.

2 Velocidad 2.

y perfeccionamiento de recetas chinas que toman la impronta musulmana, como por ejemplo, los helados. Los deliciosos sorbetes (sharbah) que posteriormente fueron exportados por toda Europa son una adaptación árabe de la repostería china. También es heredera de China el gusto por la mezcla de lo salado y lo dulce en una misma receta que existe en la cocina árabe (la eterna contraposición oriental de los opuestos).

Hasta hoy

Pero no sólo en ingredientes y recetas podemos cifrar la influencia árabe en la cocina occidental, sino que por ejemplo, el estudio del orden de los alimentos en la mesa tiene en Bagdad su punto de partida, siendo los de miel los que ocupaban la parte final del banquete, los postres. Y llegados a este punto, entramos de lleno en el motivo principal de este número: la repostería.

El menú de repostería, frutas y helados de la gastronomía árabe, por

CHABAKIA

ingredientes

500 gr. de harina de trigo Mediterráneo *Harimsa* • 1 huevo • 1/4 cubilete de vinagre de vino blanco • 200 gr. de almendras crudas • 1 cucharadita de canela molida • 150 gr. de semillas de sésamo o ajonjolí tostados • 1 cucharada de semillas de anís • 2 sobres de levadura química • 50 gr. de mantequilla • 1 cubilete de aceite de oliva • Hebras de azafrán • 1 cubilete de agua de azahar • Aceite para freír • Miel para rebozar.

adaptación TM21

1 Velocidad 2.

2 Velocidad 3.

preparación TM31

1 Introduce en el vaso las almendras peladas, la canela, el anís, 100 gr. de semillas de sésamo, el huevo, el vinagre, la mantequilla, el aceite y el agua de azahar. Programa 3 minutos a 50º, velocidad 3, bajando con la espátula de vez en cuando.

2 Añade la harina, la levadura y el azafrán y amasa, ya sin temperatura, 1 minuto, a velocidad 5.

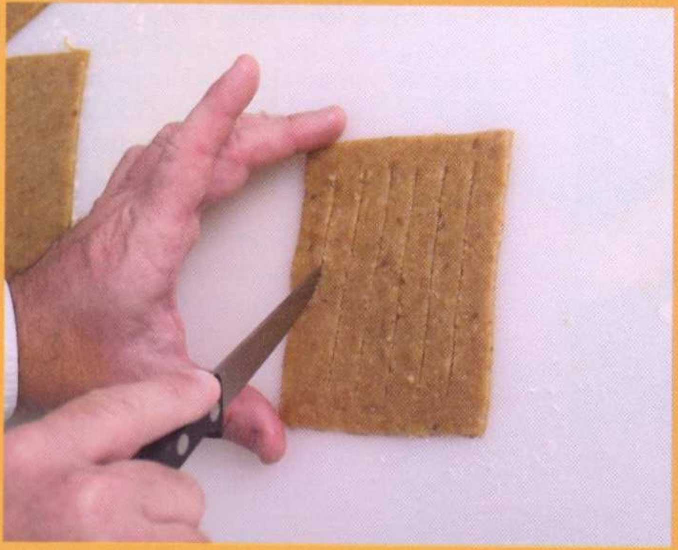
3 Pasa a una superficie enharinada y amasa un poco. Divide la masa en tres partes y dales forma de bola. Deja reposar 15 minutos.

4 Extiende con el rodillo cada porción de masa hasta darle forma de rectángulo alargado. Con el cortapastas corta rectángulos más pequeños, de unos 6x4 cm. aproximadamente. Haz varios cortes paralelos dentro de cada rectángulo, sin llegar al borde. Separa con los dedos las tiras de pasta, une los extremos del rectángulo y reserva.

5 Fríe las chabakias en aceite abundante hasta que se doren. Saca con una espumadera del aceite y échalas directamente a un recipiente con miel, dándoles la vuelta para que se cubran bien. Escurre y espolvorea de las semillas de sésamo restantes.

extenso y variado, puede apasionar igualmente a los amantes de lo extremadamente dulce y a los que prefieren terminar una buena comida con un plato ligero. Por ello no es de extrañar que probablemente, la repostería sea la parte de la cocina árabe más conocida en todo el mundo. En cualquier caso, hay un denominador común en casi todas las recetas árabes de repostería: la presencia de miel, canela, agua de azahar y algún fruto seco, dependiendo de la zona. El agua de azahar tiene un ligero sabor amargo que se complementa de maravilla con el dulzor del resto de ingredientes de los postres. España es, sin duda, el país europeo más familiarizado con los postres árabes, fruto de nuestros casi siete siglos de convivencia. Postres como el arroz con leche, de origen persa, e introducido en España con la invasión musulmana, son un buen reflejo de cuán profunda ha sido la influencia árabe en la repostería española.

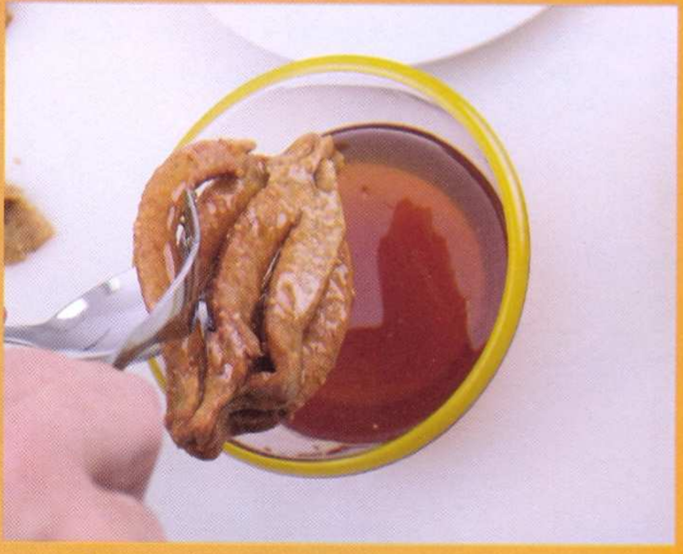
Que ustedes lo endulcen bien.



Estira y corta la masa en rectángulos y haz incisiones sin llegar al borde.

Separa con los dedos con cuidado de no romper la masa.

Une los extremos apretando con los dedos.



Frie la chabakia y báñala en un recipiente con miel.

CUERNOS DE GACELA

preparación TM31

1 Para hacer la pasta introduce la mantequilla con 1 cubilete de agua de azahar en el vaso y programa 2 minutos, temperatura 50º, velocidad 3. Quita la temperatura, añade la harina y una clara de huevo y amasa 15 segundos, velocidad 3. Baja con la espátula y sigue mezclando otros 20 segundos, velocidad 3. Reserva.

2 Para el relleno pon las almendras con el azúcar en el vaso y tritura 2 minutos a velocidad 5. Añade el agua de azahar, las yemas y la ralladura de limón y amasa 1 minuto, velocidad 3. Con las manos untadas de aceite forma pequeñas croquetas alargadas con esta pasta.

3 Extiende con el rodillo pequeñas bolas de la pasta elaborada en el paso 1, coloca una porción de relleno de almendras y dobla la masa sobre ella. Dales forma de cuernos cortando la masa sobrante. Hornea a 170º, unos 20 minutos.

ingredientes

Para el relleno: 1 kg. de almendras peladas • 500 gr. de azúcar • Ralladura de 1 limón • 1 cubilete de agua de azahar • 2 yemas de huevo

Para la pasta: 250 gr. de harina de trigo Mediterráneo *Harimsa* • 1 clara de huevo • 20 gr. de mantequilla • 1 cubilete de agua de azahar

Para la decoración: 500 gr. de semillas de sésamo

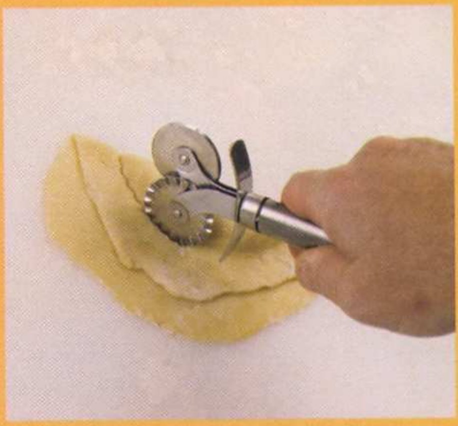
adaptación TM21

1 Velocidad 2.

2 Velocidad 3 1/2. Añade el agua... velocidad 2.

Extiende la masa con un rodillo.

Introduce en el centro un trozo de relleno.



Con un cortapastas rizado corta el exceso de masa y presiona los bordes.

EL CELLER DE CAN ROCA

Tres hermanos y una cocina

En Girona, en la carretera de Taialá, en una hermosa torre, se encuentra ubicado El Celler de Can Roca, un restaurante donde disfrutarás de experiencias inolvidables. Gracias a la habilidad y buen hacer de los hermanos Roca descubrirás un mundo compuesto por un compendio de sabores, olores y texturas sabiamente construidos.

De casta le viene al galgo, la pasión que sienten por la cocina estos tres hermanos gerundenses. Sus abuelos, allá por el año 1920, ya se dedicaban la restauración regentando una fonda. Sus padres tenían un restaurante de cocina tradicional justo al lado de donde la tercera generación de restauradores de la familia, los hermanos Roca, tienen ubicado El Celler de Can Roca. Su cocina, a diferencia de sus ascendentes, es mucho más innovadora y original, pero siempre respetando la tradición que les hizo ser quienes son. El establecimiento tiene una capacidad para 250 personas y un jardín donde suele servirse los aperitivos de bodas y otras celebraciones.

Los perfumes comestibles están elaborados gracias a la técnica del caramelo soplado

Gracias a las manos prodigiosas de Joan Roca a la cabeza de la cocina, los extraordinarios conocimientos vinícolas de Josep y el ingenio inaudito que el joven Jordi expresa en sus postres, El Celler de Can Roca es un lugar más que aconsejable para pasar una

gran velada.

Tus Recetas TMX.-¿Cómo y cuando surgió vuestro restaurante?

Jordi Roca.- El Celler de Can Roca surgió gracias a las inquietudes gastronómicas de mis dos hermanos mayores. Joan estaba estudiando cuando realizó una serie de rutas gastronómicas por los restaurantes de Francia. Tras esa experiencia decidió que él también quería tener su propio restaurante. Mi hermano Josep se incorporó un poco más tarde, y yo hace muy poco, unos cinco años, ya que soy el pequeño y me llevo bastante con mis hermanos mayores. Del nacimiento de El Celler de Can Roca hace ya 19 años, toda una vida.

Existe ahí una amistad de muchos años con esa familia y, por ello, nos sentimos orgullosos cuando se nos presentó el reto de elaborar recetas con chocolate Nestlé

TRTMX.- ¿Cómo es la relación de trabajo entre tres hermanos? ¿Es complicada la unión familia y obligaciones laborales?

JR.- Nos llevamos muy bien, la verdad. Para nosotros, la unión laboral que tenemos es algo natural. Además, los tres somos personas muy tranquilas, con un carácter bastante bueno, por ese motivo el trabajo no resulta complicado. Trabajamos diariamente, codo a codo, y no solemos tener discusiones.

TRTMX.- ¿Cuál es el concepto de cocina de El Celler de Can Roca?

JR.- Hacemos cocina de autor, un tipo de gastronomía nueva, original e innovadora. También utilizamos algo de la cocina tradicional en algunos platos, es uno de nuestros referentes. Aunque nos gusta mucho más experimentar, la unión de elementos, fusionar. Estamos continuamente buscando cosas nuevas, otras fuentes de inspiración como el vino. Nos encanta innovar técnicas.

TRTMX.- Una de las técnicas que utilizáis para elaborar postres es bastante curiosa e innovadora. ¿Cuéntanos un poco sobre los perfumes comestibles?

JR.- Los perfumes comestibles están elaborados gracias a la técnica del caramelo soplado. Por medio de una pipa eléctrica, que funciona con pilas, se sopla por un conducto sobre, por ejemplo, una bola de helado de boletus que previamente está introducida en una media campana semitransparente, y se rellena con humo (de serrín de encina, jengibre o cualquier otro aroma). El resultado es un postre espectacular con el que el comensal podrá experimentar una sensación muy especial.

TRTMX.- ¿Nos podrías recomendar un plato con esta curiosa técnica?

JR.- Un plato bastante suculento realizado con esta nueva técnica, es el de ventresca de atún acompañado de jengibre e infusión de bonito. Este plato se introduce dentro de una campana transparente y se rocía con un humo de serrín de encina y jengibre durante unos 20 o 30 segundos. El resultado es una ventresca de atún con aroma a jengibre muy delicioso.

TRTMX.- ¿Toda vuestra cocina es así de original?

JR.- En general sí, como te he comentado anteriormente nos gusta innovar y nos basamos en las últimas tendencias.

TRTMX.- ¿Cómo es posible que un restaurante ubicado en un lugar tan escondido sea tan conocido y tenga tanto éxito?

JR.- La verdad es que no lo sé.

TRTMX.- ¿El secreto está en el humo?

JR.- Quién sabe (risas). Lo que ocurre es que nuestro restaurante aparece en muchas guías gastronómicas, entre ellas la Guía Michelín. Gracias a ello, vienen a nuestro restaurante personas de todos los lugares de del mundo, y eso nos llena de orgullo.

TRTMX.- Habéis realizado las recetas que aparecen en las fichas de los postres con chocolate Nestlé, Cuéntanos un poco sobre esa experiencia.

JR.- Fue un proyecto que nos encantó y lo hicimos con mucho gusto. Resulta que la fábrica de chocolate de Nestlé se encuentra ubicada muy cerca del restaurante, lleva allí unos 30 - 40 años. Llega un momento que estamos tan compenetrados que cuando la fábrica cierra, nosotros también cerramos por vacaciones. Existe ahí una amistad de muchos años con esa familia y, por ello, nos sentimos orgullosos cuando se nos presentó el reto de elaborar recetas con chocolate Nestlé. Pensamos que lo ideal sería elabo-

Angel de Thierry Mugler

Eternity de Calvin Klein

rar recetas innovadoras, originales y divertidas. Normalmente, las amas de casa son las que cocina y se limitan a realizar una serie de platos básicos. Por ello, quisimos ofrecer un punto de vista diferente y creo que lo conseguimos. Fue todo un reto pero algo que nos motivó para ampliar nuestras posibilidades artísticas.

La Thermomix se utiliza diariamente, y a todas horas. Es una herramienta fundamental en nuestra cocina. Normalmente, la utilizamos para emulsionar salsas, y liar ingredientes, es ideal

TRTMX.- ¿Podrías comentarnos algunos de esos postres?

JR.- Claro que sí. Algunos de los postres que elaboramos fueron unos bombones helados de chocolate y vainilla, otro fue un cremoso de chocolate, pistachos y menta, una mousse de peras cristalizadas con chocolate...

TRTMX.- ¿Esas recetas las servís también en vuestro restaurante?

JR.- No. Fueron unas recetas elaboradas, exclusivamente, para ese proyecto.

TRTMX.- ¿Qué tipo de comensales acuden a El Celler de Can Roca?

JR.- Tenemos la suerte de recibir a personas entendidas de este mundillo. Comensales que saben qué pedir en cada momento, que tienen inquietudes gastronómicas importantes. Gente cultivada, pertenecientes al mundo de la gastronomía. Esto es muy importante porque gracias a ello, podemos intercambiar opiniones, y aprender de nuestros propios clientes.

TRTMX.- ¿Qué plato es el que más os solicitan?

JR.- No tenemos un plato estrella, los comensales nos piden un poco de todo. Aunque, eso sí, elaboramos una serie de menús sorpresa que suelen ser muy solicitados. Este se compone de ocho platos y dos postres. También tenemos el menú degustación que es un poco más pequeño. Es una buena opción, porque gracias a estos menús nuestros clientes pueden probar un poco de todo. Ideal para indecisos.

TRTMX.- ¿Se utiliza la Thermomix en la cocina de El Celler de Can Roca?

JR.- Claro que sí. Se utiliza diariamente, y a todas horas. Es una herramienta fundamental en nuestra cocina. Normalmente, la utilizamos para emulsionar salsas, y ligar ingredientes, es ideal.

TRTMX.- ¿Qué lugar ocupa en vuestra cocina?

JR.- Un lugar privilegiado, es imprescindible, aunque, eso sí, tengo que reconocer que la primera Thermomix que apareció era mucho mejor que las actuales. Las nuevas están bien pero no tienen la robustez de su antepasado.

TRTMX.- Para finalizar, ¿podrías recomendar a todos nuestros lectores una receta elaborada en vuestro restaurante en la que la Thermomix sea fundamental?

JR.- Claro que sí. Os recomiendo un perfume elaborado con melón, albahaca y menta, sobre una compota de manzana con vainilla y agar. Para conseguir la textura adecuada hay que utilizar la Thermomix. La salsa se realiza con agua de menta y albahaca, se le añade dados de gelatina, acompañados de unas bolas de melón. Se sirve con sorbete de melón y se decora con hojas de menta cristalizada.

Carolina García

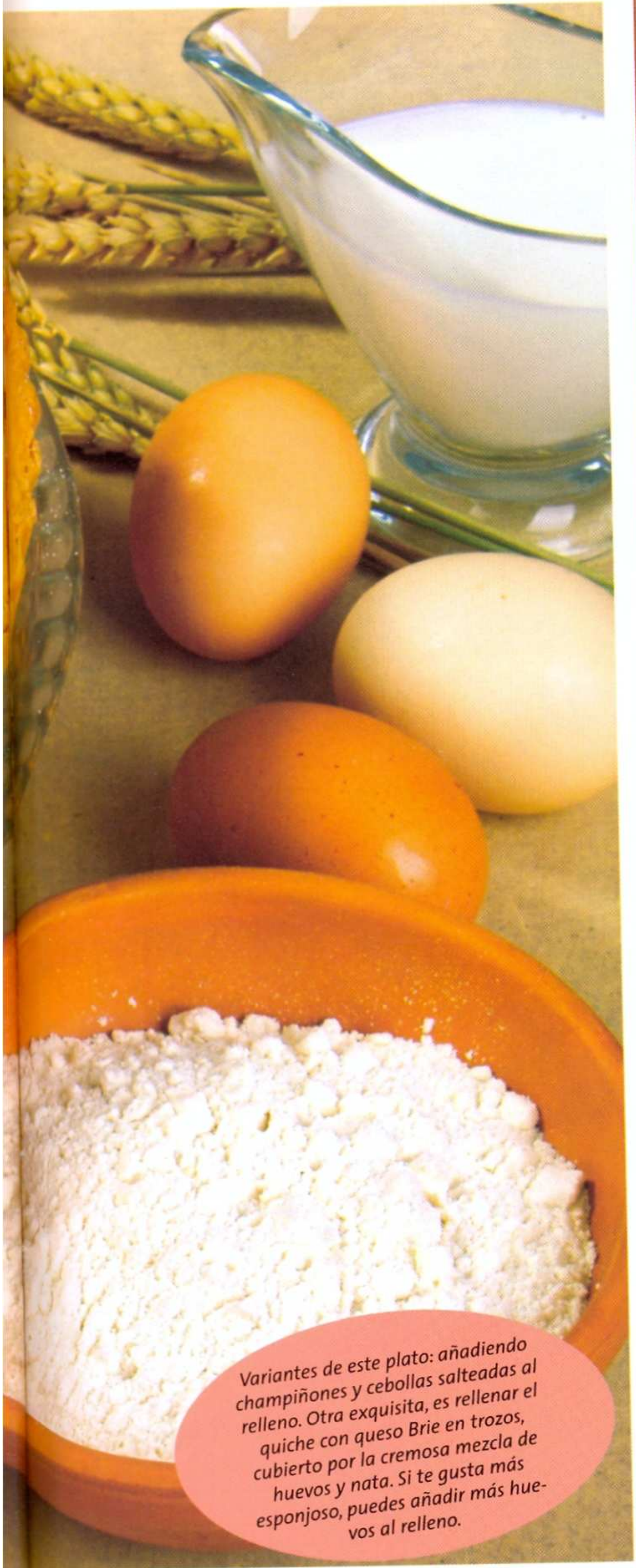
Un restaurante online

El Celler de Can Roca cuenta con un site online en Internet. Tras la dirección http://www.cellercanroca.com se esconde información sobre el restaurante, los hermanos Roca y su forma de concebir la cocina. Por medio de una web interactiva basada en flash, el futuro comensal o cliente satisfecho podrá navegar por sus páginas con el fin de ampliar algo más de información sobre este establecimiento gerundense. Cada hermano tiene reservado un apartado en este site desde donde explica sus funciones, a la vez que presenta algunos de sus platos o vinos con más renombre. Jordi Roca, por ejemplo, es el encargado de la elaboración de los postres del restaurante y son más que destacables los platos que realiza simulando perfumes como Eternity de Calvin Klein; la cromoterapia, clásicos y los recuerdos son otras de sus especialidades. La web contiene un catálogo fotográfico del equipo de El Celler de Can Roca y de sus instalaciones, así como un dossier de prensa, recortes de prensa y publicaciones.

QUICHE LORRAINE

RECETA PARA TM 31

RECETA PARA
TM 31



Variantes de este plato: añadiendo champiñones y cebollas salteadas al relleno. Otra exquisita, es rellenar el quiche con queso Brie en trozos, cubierto por la cremosa mezcla de huevos y nata. Si te gusta más esponjoso, puedes añadir más huevos al relleno.

Ingredientes

Para la pasta quebrada:

- 150 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 75 gr. de mantequilla
- 1 huevo
- Una pizca de sal

Para el relleno:

- 3 huevos
- 150 gr. de bacon
- 2 cubiletes de crema de leche
- Sal, pimienta negra, nuez moscada
- 50 gr. de queso rallado

Preparación

1 Introduce los ingredientes de la masa en el vaso y programa 50 segundos, a velocidad 3. Haz una bola con la pasta, cubre con film transparente y enfría en el frigorífico una hora al menos o 15 minutos en el congelador. Lava el vaso.

2 Extiende la masa con ayuda de un rodillo y forra un molde de tarta desmontable de 22 cm. Pincha la base con un tenedor y hornea a 180ºC, unos 10-15 minutos, o hasta que empiece a dorarse ligeramente. Saca del horno y reserva.

3 Saltea ligeramente el bacon troceado en una sartén sin añadir grasa. Escurre sobre papel absorbente. Pon en el vaso la crema de leche, los huevos, una pizca de sal, pimienta negra y pizca de nuez moscada. Programa 10 segundos, a velocidad 3.

4 Esparce el bacon por el fondo de la tarta, cubre con la mezcla de huevos y crema de leche y espolvorea con el queso rallado. Hornea unos 30 minutos a 180º, o hasta que el pastel esté dorado. Sirve templado o frío.

Adaptación para TM 21

Admite todo igual.

RECETA PARA TM 31

EMPANADA DE RAPE Y BACALAO

Puedes usar otro tipo de pescados blancos para esta receta, como rosada, merluza, etc. pero siempre teniendo mucho cuidado de que no queden espinas.

Ingredientes

Para la masa:

- 1 cubilete de agua
- 1 cubilete de leche
- Medio cubilete de aceite de oliva virgen extra
- 20 gr. de levadura fresca de panadería
- 400 gr. de harina de fuerza
- Media cucharadita de sal

Para el relleno:

- 250 gr. de rape
- 250 gr. de bacalao
- 1 cebolla
- 1 kg. de tomates frescos maduros
- 2 dientes de ajos
- 1 cubilete de vino blanco
- Sal, pimienta, orégano, laurel
- 2 cucharaditas de azúcar
- Medio cubilete de aceite de oliva virgen extra

Para decorar

- 1 huevo batido para pintar la masa

Preparación

1 Introduce 1 litro de agua con dos hojas de laurel en el vaso y calienta 5 minutos, temperatura Varoma, velocidad 3. Pon el pescado salpimentado en el recipiente Varoma y coloca sobre el vaso. Programa 10 minutos a temperatura Varoma, velocidad 3. Cuela el pescado y deja templar. Desmenuza el pescado quitando las espinas y la piel. Reserva.

2 Precalienta el horno a 200º. Pela la cebolla y los ajos. Escalda los tomates en agua hirviendo unos minutos y pélalos. Introduce la cebolla en cuartos, los ajos y los tomates en el vaso y pica 10 segundos, a velocidad 4. Añade medio cubilete de aceite de oliva, la sal , el azúcar, el orégano, la pimienta y programa 20 minutos, temperatura 100º, velocidad 2. Escurre el líquido sobrante, escurriendo la salsa en el cestillo. Reserva.

3 Mezcla los trozos de pescado con la salsa de tomate y añade el vino blanco. Reserva.

4 Prepara la masa de pan poniendo el agua, la leche y el aceite en el vaso. Programa 1 minuto, temperatura 37º, velocidad 2. Añade la levadura y diluye 30 segundos a velocidad 3. Añade la harina y la sal y amasa 3 minutos, velocidad espiga.

5 Pasa la masa a una superficie enharinada y extiende con un rodillo dos rectángulos de 30x40 cms. Coloca uno de ellos sobre la bandeja del horno forrada de papel de engrasado. Cubre con el relleno preparado en el paso 4. Cubre con la otra porción de masa extendida, sella los bordes con los dedos, pinta con huevo batido la superficie y hornea de 20 a 30 minutos a 200º, o hasta que se dore y la masa quede esponjosa y crujiente. Corta en porciones con un cuchillo afilado y sirve caliente.

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 1.

4 A 40º

RECETA PARA TM 31

CRACKERS DE AVENA

Ingredientes

- 200 gr. de copos de avena
- 160 gr. de harina de trigo Mediterraneo HARIMSA
- 1 cucharadita de levadura química en polvo
- 1 cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de curry en polvo
- 150 gr. de mantequilla
- 300 gr. de queso cheddar
- 1 huevo

Adaptación para TM 21

Admite todo igual.

Ideales para tomar como aperitivo con queso y mantequilla.

Preparación

1 Ralla el queso cheddar poniéndolo en el vaso dando primero varios golpes de turbo y triturando unos segundos a velocidad máxima. Reserva. Precalienta el horno a 190º.

2 Tritura los copos de avena, con la harina, la sal, el polvo de curry y la levadura durante 2 minutos, a velocidad 4, bajando de vez en cuando con la espátula. Añade la mantequilla fría en trozos y el queso rallado del paso 1. Mezcla 1 minuto a velocidad 3, bajando con la espátula de vez en cuando.

3 Añade la yema de huevo y medio cubilete de agua. Mezcla 1 minuto, a velocidad 3.

4 Extiende la masa con rodillo con un grosor de 5 mm. Corta con cortapastas las galletas, pincela con clara batida y hornea a 190º, unos 10-12 minutos, o hasta que empiecen a dorarse. Saca del horno, deja templar en la placa del horno y luego pasa a una rejilla hasta que se enfríen totalmente. Guarda en un recipiente hermético.

GRAHAM CRACKERS

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 400 gr. de harina integral de trigo
- 100 gr. de harina fina de maíz
- 1/2 cucharadita de sal
- 70 gr. de azúcar glasé
- 150 gr. de mantequilla
- 2 cubiletes de nata líquida

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 3.

Preparación

1 Introduce todos los ingredientes en el vaso y programa 1 minuto, velocidad 4. Haz una bola con la masa, envuelve en papel film y enfría media hora.

2 Extiende la masa con el rodillo y corta rectángulos. Pínchalos con un tenedor y hornea a 180º, unos 7 minutos. Deja reposar fuera del horno unos minutos y luego pasa a una rejilla para que se enfríen. Guarda en una lata o bote hermético alejadas de la humedad.

Ten cuidado de no hornearlas demasiado, ya que al ser muy finas se queman enseguida.

Galletas saladas

RECETA PARA TM 31

TARTA DE QUESO AZUL

Ingredientes

Para la masa:

- 120 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 60 gr. de queso edam rallado
- 60 gr. de mantequilla fría pizca de sal
- 1 cucharada de leche fría

Para el relleno:

- 60 gr. de queso azul
- 3 huevos
- 2 cebollas
- 1 cubilete de nata
- Pizca de sal
- Pizca de pimienta blanca

Adaptación para TM 21

Admite todo igual

En el paso 1 si quedara muy suelta la masa añade un poco más de leche.

Preparación

1 Introduce todos los ingredientes de la masa en el vaso y mezcla 1 minuto a velocidad 4. Haz una bola con la masa, envuelve en film transparente y deja enfriar una hora.

2 Calienta el horno a 180º. Pela y pica en tiras finas las cebollas. Saltealas en un poco de aceite de oliva unos minutos hasta que empiecen a dorarse. Escurre el exceso de aceite y reserva.

3 Forra un molde de aro desmontable de 22 cm con la masa elaborada en el paso 1, pincha la base con un tenedor, mete dentro una judias secas para hacer peso y hornea unos 12 minutos. Quita las judias y sigue horneando otros 5-7 minutos, o hasta que la base esté cocida. Deja templar fuera del horno. Rellena con la cebolla salteada y escurrida.

4 Mezcla en el vaso los huevos, la crema de leche , la sal , la pimienta y el queso azul, 10 segundos a velocidad 3. Vierte sobre la cebolla en el interior de la tarta. Hornea unos 30 minutos a 180º, o hasta que el relleno esté cocido y ligeramente dorado. Sirve templado o frío.

GALLETAS DE SÉSAMO

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 240 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- 2 cucharaditas de levadura química en polvo
- Pizca de cayena molida
- Media cucharadita de sal
- 125 gr. de mantequilla
- 140 gr. de parmesano rallado
- 2 yemas de huevo
- 2 cucharadas de zumo de limón
- Una clara de huevo
- Semillas de sésamo

Adaptación para TM 21

Admite todo igual

Preparación

1 Ponemos la harina, la levadura, la cayena, la sal, la mantequilla y el queso rallado en el vaso y mezclamos 30 segundos a velocidad 3-4-5. Bajamos con la espátula y mezclamos otros 30 segundos a velocidad 4.

2 Añade el zumo de limón y las yemas de huevo. Mezcla 30 segundos a velocidad 4. Si hace falta añade un poco más de zumo de limón hasta conseguir una masa homogenea. Haz una bola con la masa, cubre con film transparente y deja enfriar una hora como mínimo.

3 Extiende fina la masa con rodillo, corta con cortapastas rizado, pinta con la clara de huevo batida ligeramente y espolvorea de semillas de sésamo. Hornea a 190º unos 10-12 minutos.

Si no las vas a consumir de inmediato puedes congelar las galletas antes de hornearlas. De todos modos duran varios días en un recipiente hermético.

RECETA PARA TM 31

CHUTNEY DE TOMATES CHERRY SECOS

Ingredientes

- 70 gr. de tomates cherry secos LA PALMA
- 300 gr. de tomates poco maduros
- 300 gr. de manzanas
- 1/2 cebolla
- 50 gr. de ciruelas pasas sin hueso
- 150 gr. pasas sin semillas
- 250 gr. de azúcar moreno
- Una pizca de pimienta negra, jengibre molido
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 diente de ajo
- 3 cubiletes de vinagre de vino blanco

Adaptación para TM 21

3 Velocidad 1.

Preparación

1 Escalda en agua hirviendo los tomates frescos durante un minuto. Pela y trocea los tomates. Ponlos en el vaso de la máquina.

2 Pela las manzanas, la cebolla y el ajo. Córtalos e introdúcelos en el vaso.

3 Añade el resto de ingredientes y programa 60 minutos, a 100º, velocidad 2 con giro a la izquierda. Deja templar y pasa a botes de cristal escaldados en agua hirviendo unos minutos. Tapa herméticamente y guarda en lugar seco y fresco, alejado de la luz.

Puedes añadir orejones de albaricoques, nueces y otros frutos secos en el paso 3.

RECETA PARA TM 31

COMPOTAS

COMPOTA DE GROSELLAS

Ingredientes

- 1 kg. de grosellas frescas o congeladas
- 500 gr. de azúcar glasé
- Ralladura de medio limón
- 2 cubiletes de agua

Preparación

1 Calienta el agua con la ralladura de limón y el azúcar, 5 minutos, a 100º, velocidad 2.

2 Añade las grosellas y programa 10 minutos, temperatura Varoma, velocidad cuchara con giro a la izquierda. Escurre la fruta con el cestillo y resérvala. Devuelve el líquido al vaso y deja que hierva unos 5 minutos, a temperatura Varoma, velocidad 2, o hasta que se reduzca a la mitad.

3 Mezcla el almíbar obtenido en el paso 2 con la fruta y guarda en frío una hora como mínimo.

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 1.

2 Con la mariposa puesta en las cuchillas a velocidad 1. Quita la mariposa.

Puedes hacer esta compota con arándanos.

COMPOTA DE HIGOS SECOS

Ingredientes

- 300 gr. de higos secos
- 300 gr. de azúcar
- Ralladura de 1 limón
- 3 cubiletes de vino tinto

Preparación

1 Pon en remojo los higos en agua durante varias horas. Escurre y reserva.

2 Calienta en el vaso el vino con el azúcar y la ralladura de limón unos 5 minutos, a 100º, velocidad 3. Añade los higos escurridos y cuece 20 minutos, a 100º, velocidad 2 con giro a la izquierda.

Adaptación para TM 21

2 Añade los higos con la mariposa en las cuchillas, velocidad 1.

Se debe servir templado, y combina muy bien con helado de vainilla.

RECETA PARA TM 31

FUDGE DE CHOCOLATE

Ingredientes

- 100 gr. de chocolate de cobertura negro
- 1/2 cubilete de crema de leche
- 50 gr. de mantequilla
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 450 gr. de azúcar glasé

Preparación

1 Trocea el chocolate en el vaso unos segundos, a velocidad 4-5-6.

2 Añade la mantequilla y programa 5 minutos, temperatura 37º, velocidad 1.

3 Incorpora el resto de ingredientes y programa 2 minutos, velocidad 2. Vuelca sobre un molde cuadrado forrado con papel engrasado y enfría 2 horas como mínimo. Corta en cuadrados de 2 cm. de lado.

Adaptación para TM 21

2 Temperatura 40º.

RECETA PARA TM 31

TRUFAS HOLANDESAS DE CAFÉ

Ingredientes

- 200 gr. de chocolate negro de cobertura
- 1 cucharada de café soluble
- 40 gr. de mantequilla
- 1 huevo
- 20 gr. de azúcar glasé
- 100 gr. de cacao en polvo para decorar

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 5-6. A 40º.

2 Velocidad 3.

Preparación

1 Pon el chocolate negro en trozos en el vaso y tritura unos segundos a velocidad 6. Baja con la espátula, añade el café soluble en polvo y la mantequilla y programa 5 minutos, a 37º, velocidad 2, bajando con la espátula de vez en cuando si se pega mucho a las paredes del vaso.

2 Incorpora el huevo y el azúcar glasé y mezcla 1 minuto, a velocidad 4. Mete el vaso en frío para que la masa coja cuerpo.

3 Con las manos haz pequeñas bolas del tamaño de una nuez y reboza con cacao en polvo. Pasa a cápsulas de papel y guarda en frío.

TRUFAS AL RON

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 500 gr. de chocolate de cobertura troceado
- 3 cubiletes de crema de leche
- 1 cucharada de ron moreno
- 200 gr. de nueces peladas picadas

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 2.

2 A 40º, velocidad 2.

Es muy importante que la masa esté muy fría antes de trabajarla, si no se pegaría mucho a las manos.

Preparación

1 Calienta la crema de leche 2 minutos, a 100º, velocidad 3.

2 Añade el chocolate y programa 2 minutos, a 37º, velocidad 3. Pasa a un bol y deja templar. Añade el ron y las nueces picadas y mezcla suavemente. Pon a enfriar en el frigorífico una hora al menos.

3 Con las manos haz bolitas con la pasta y rebózalas con fideos de chocolate o cacao en polvo.

RECETA PARA TM 31

DULCE DE FRUTOS SECOS

Ingredientes

- 125 gr. de dátiles deshuesados
- 125 gr. de ciruelas pasas deshuesadas
125 gr. de nueces peladas
- 125 gr. de pasas sin semillas
- 1 cucharada de miel
- 60 gr. de chocolate negro de cobertura

Preparación

1 Introduce todos los ingredientes menos la miel en el vaso y tritura 60 segundos, a velocidad 6. Añade la miel y mezcla 10 segundos, velocidad 4. Vierte en un molde forrado de papel. Lava el vaso.

2 Pon el chocolate en el vaso, tritura unos segundos, a velocidad 5. Programa 3 minutos, a temperatura 50º, velocidad 2. Extiende el chocolate derretido sobre el dulce de frutos secos y deja enfriar. Corta en cuadrados de 2 cm. de lado.

Adaptación para TM 21

2 Velocidad 1.

Puedes añadir otros frutos secos, como higos o nueces.

RECETA PARA TM 31

MERMELADA DE FRUTAS CON PAS

SAS Y NUECES

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 500 gr. de peras peladas
- 1/2 pomelo
- 1/2 naranja
- 1 limón
- 500 gr. de azúcar
- 100 gr. de pasas sin semillas
- 100 gr. de nueces

Preparación

1 Introduce las peras peladas partidas en cuartos, con el pomelo, el limón y la naranja troceados y sin pelar y el azucar. Programa 10 segundos, a velocidad 6. Cuece 30 minutos, temperatura 100º, velocidad 3.

2 Añade las pasas y programa otros 30 minutos, a 100º, velocidad 3. Añade las nueces trituradas y cuece un minuto más, a 100º, velocidad 2.

3 Deja enfriar y viértelo en botes escaldados en agua hirviendo. Tapa bien y guarda en lugar fresco y seco.

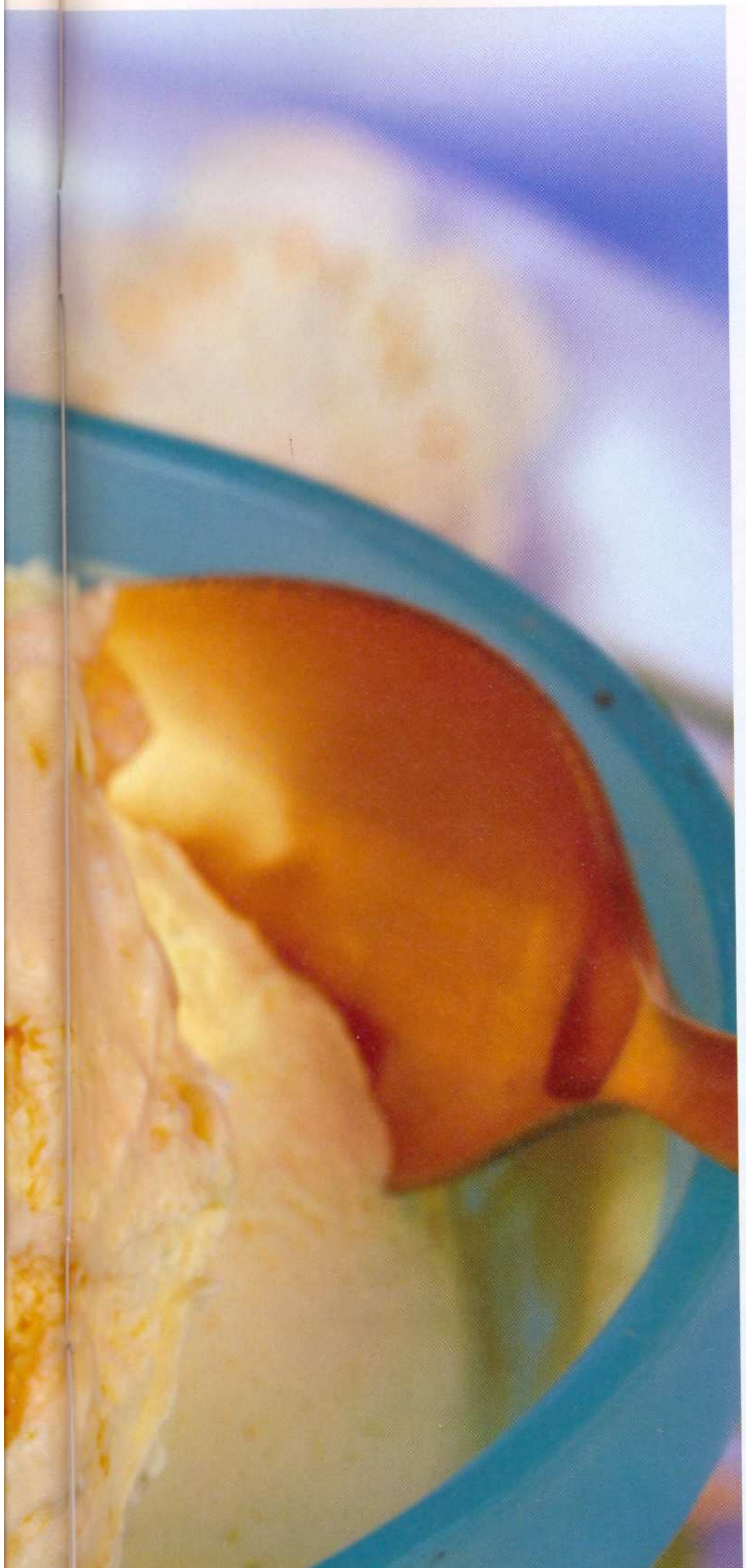
Adaptación para TM 21

Admite todo igual

Si no te gusta amarga la mermelada puedes pelar los cítricos antes de cocinarlos.

RECETA PARA TM 31

PARFAIT HELADO DE ANÍS



Ingredientes

- 5 cubiletes de crema de leche
- 100 gr. de azúcar
- 20 gr. de anís verde (semillas)
- 2 cubiletes de agua
- 5 yemas de huevo
- 50 gr. de azúcar
- Medio cubilete de anís seco (aguardiente)

Preparación

1 Prepara un almíbar calentando en el vaso los 100 gr. de azúcar con 2 cubiletes de agua y las semillas de anís verde, 8 minutos, a temperatura Varoma, velocidad 3. Cuela el almíbar y pasa a un bol. Deja templar.

2 Lava bien el vaso con agua fría. Monta la crema de leche, bien fría, con los 50 gr. de azúcar en el vaso con la mariposa a velocidad 3 y medio, unos segundos hasta que esté bien montada (el tiempo depende de la temperatura y del porcentaje de grasa de la nata que estemos usando). Reserva en frío.

3 Lava el vaso, introduce las 5 yemas con el almíbar de anís templado o frío obtenido en el paso 1. Programa 5 minutos, 90º, velocidad 3, sin mariposa. Debe quedar una crema espesa. Deja enfriar.

4 Mezcla la nata montada del paso 2 con la crema del paso 3 y el medio cubilete de anís seco, en un bol con una espátula, hasta obtener una crema homogénea. Pon a congelar, removiendo de vez en cuando, o en heladora, hasta obtener un helado cremoso. Sirve en copas.

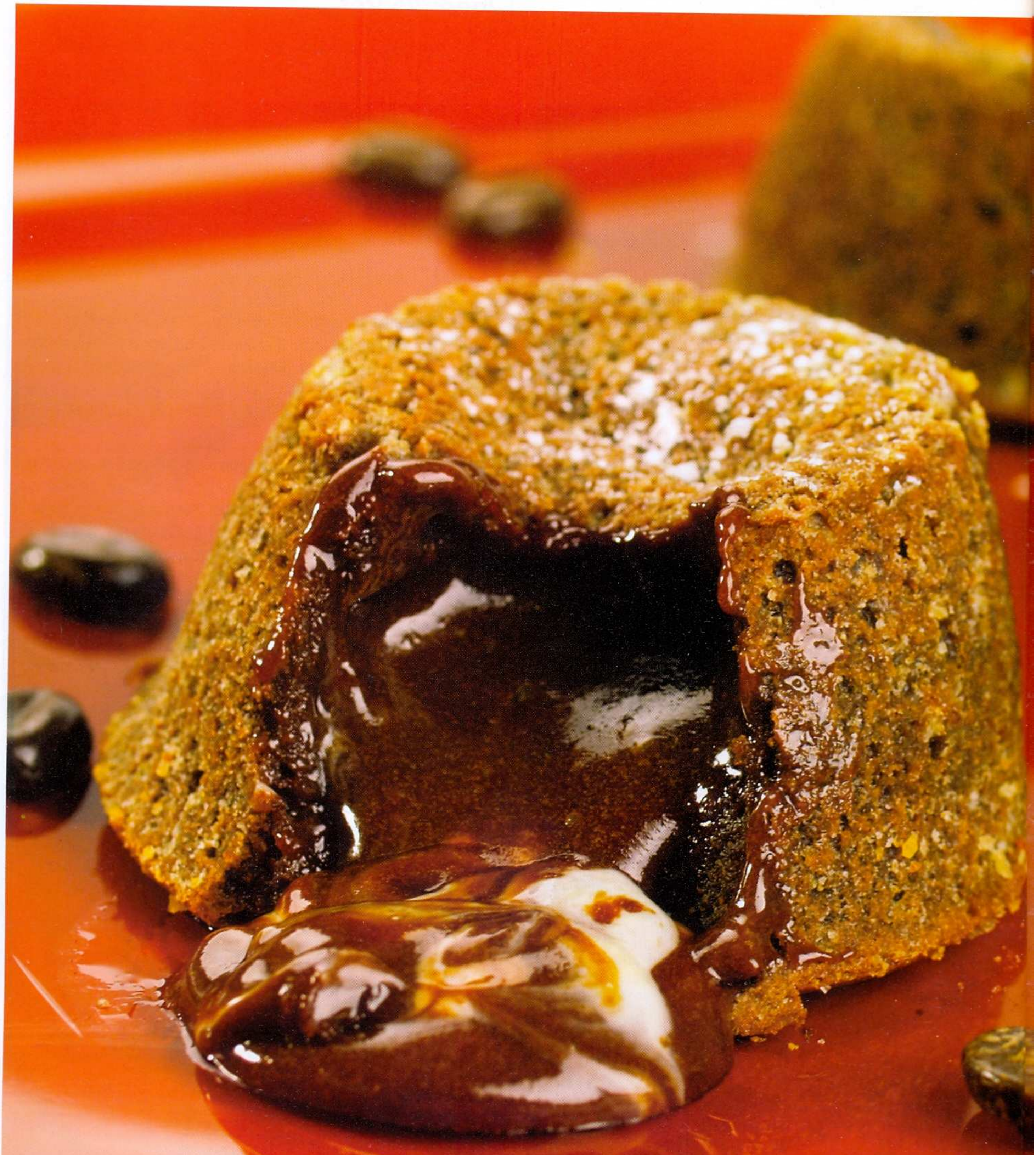
Adaptación para TM 21

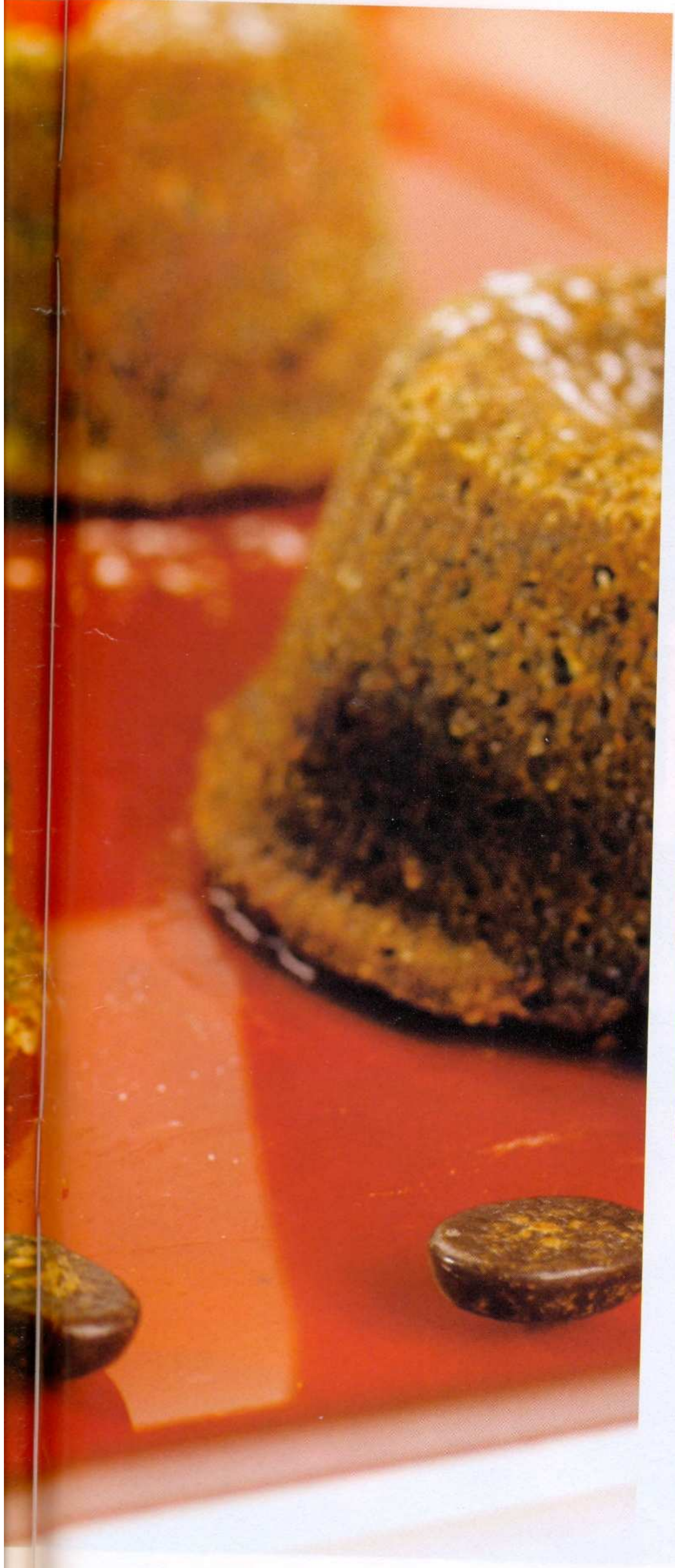
Admite todo igual.

Este helado de anís, no sólo te refrescará, sino que además te servirá como digestivo

RECETA PARA TM 31

COULAN DE CHOCOLATE





Ingredientes

- 250 gr. de chocolate negro de cobertura
- 250 gr. de mantequilla
- 100 gr. de azúcar
- 5 huevos enteros
- 5 yemas de huevo
- 100 gr. de harina de trigo Mediterráneo
- Moldes de aluminio tipo flaneras pequeñas

Preparación

1 Pon el chocolate en trozos en el vaso y tritura unos segundos a velocidad 4-5-6. Añade la mantequilla y programa 5 minutos, temperatura 80º, velocidad 3, hasta que se fundan juntos ambos ingredientes.

2 Sin programar la temperatura, añade el azúcar, los huevos, las yemas y programa 2 minutos, a velocidad 4. Añade la harina y mezcla bien durante 1 minuto a velocidad 3 y 1/2.

3 Vierte en moldes individuales untados de mantequilla y pan rallado. Congela si no lo vas a usar de inmediato u hornea a 200º unos 5-10 minutos, lo justo para que el bizcocho se haga por fuera pero quede líquido y fluido el centro. Sirve inmediatamente.

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 3-4-5.

2 Velocidad 3. ... velocidad 2.

Es importante no pasarse en el horneado para que el interior quede fluido. Si queremos dar un toque original podemos introducir un trocito de chocolate blanco en cada molde antes de hornear. Si lo horneamos congelado hay que tener en cuenta que debes prolongar el tiempo de cocción 2 ó 3 minutos más.

HELADO DE VINO MÁLAGA Y PA

RECETA PARA TM 31

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 1/2 litro de leche
- 100 gr. de azúcar
- 1/2 litro de nata
- 50 gr. de pasas sin semilla
- 2 cubiletes de vino Málaga
- 4 yemas de huevo

Para la salsa:

- 2 cubiletes de vino Málaga
- 50 gr. de pasas

Preparación

1 Pon en remojo las pasas con el vino.

2 Haz una crema con las yemas, la leche y el azúcar, 5 minutos, temeperatura 90º, velocidad 3. Deja templar un poco y mezcla con las pasas y el vino donde se han remojado.

3 Monta la nata muy fría en el vaso con la mariposa, a velocidad 3 y 1/2.

4 Mezcla suavemente en un bol la nata montada con la crema del paso 2 totalmente fría. Mete en el congelador y, una hora después, saca y remueve con un tenedor o varillas. Vuelve a congelar y repite el proceso varias veces.

5 Haz una salsa poniendo el vino con las pasas en el vaso y cociendo 5 minutos a temperatura Varoma, velocidad 2. Deja enfriar y vierte sobre el helado en las copas al servirlo.

Adaptación para TM 21

2 Velocidad 2.

Puedes usar cualquier otro vino moscatel para esta receta, pero siempre que sea muy dulce y nada seco.

RECETA PARA TM 31

MOUSSE DE FRUTOS ROJOS

Ingredientes

- 300 gr. de frutos rojos
- 1/2 litro de nata
- 4 hojas de gelatina
- 2 yemas de huevo
- 2 cubiletes y medio de leche
- 90 gr. de azúcar
- Frutos rojos para decorar

Adaptación para TM 21

1 Velocidad 3.

2 Velocidad 2.

Podemos usar para esta receta frutos rojos frescos o congelados.

Preparación

1 Para hacer un puré de frutos rojos los ponemos en el vaso con 1 cubilete de agua y 40 gr. de azúcar. Programa 5 minutos, a 90º, velocidad 2. Bate a velocidad 5 unos segundos y pasa por el cestillo para obtener un jarabe espeso, libre de semillas o pieles. Reserva.

2 Pon la gelatina en remojo en agua fría. Lava bien el vaso, introduce la nata, los 50 gr. de azúcar restantes y las yemas de huevo. Cuece 7 minutos, a 90º, velocidad 3. Añade la gelatina remojada y escurrida y mezcla unos segundos. Pasa a un bol y deja templar.

3 Bate la crema de leche bien fría con la mariposa a velocidad 3 y 1/2 unos segundos, hasta que esté bien montada, vigila que no se pase.

4 Mezcla en un bol, con cuidado, la nata montada con el puré de frutos rojos y la crema del paso 2. Reserva en frío hasta que coja cuerpo unas horas o mejor toda la noche. Sirve en copas o tulipas, decorado con frutos rojos frescos.

HELADO DE VINO TINTO

RECETA PARA TM 31

Ingredientes

- 1 botella de tinto joven
- 8 yemas de huevo
- 225 gr. de azúcar
- 1 ramita de canela
- 1/2 cucharadita de jengibre molido
- La piel de un limón

Para decorar:

- Ramitas de canela (1 por comensal)
- Frutos rojos (arándanos, frambuesas, moras, etc)

Adaptación para TM 21

1 Con la mariposa en las cuchillas, a velocidad 1. Al finalizar retira la mariposa y deja templar.

2 Velocidad 2. Bate en el vaso a velocidad 3.

Preparación

1 Introduce en el vaso el vino, el azúcar, la canela, el jengibre y la piel del limón. Programa 10 minutos, a temperatura Varoma, velocidad 2. Cuela con el cestillo y deja templar.

2 Separa las yemas y ponlas en el vaso con el vino templado del paso anterior. Programa 10 minutos, a temperatura 80º, a velocidad 3. Deja enfriar en un recipiente e introdúcelo en el congelador hasta que empiece a congelarse. Bate en el vaso a velocidad 4 unos segundos y vuelve a poner a helar. Repite este paso varias veces.

3 Antes de servirlo deja templar un poco a temperatura de nevera para que no esté demasiado duro. Sirve decorado con frutos rojos y ramitas de canela.

PINEAPPLE PARADISE
CACT

ADITIVOS ALIMENTARIOS: ¿BENEFICIOSOS O PERJUDICIALES?

Los aditivos son aquellas sustancias añadidas a los alimentos de forma intencionada para mejorar sus propiedades físicas, sabor, conservación, etc. En el consumidor medio, si un alimento no lleva ningún tipo de aditivo, es percibido de forma positiva y, en el caso de que sí que lo lleve, si es de origen natural es mejor valorado que si es artificial. En más de una ocasión hemos oído en anuncios publicitarios de alimentos mensajes como "sin conservantes, ni colorantes" o "todos los aditivos son naturales". Muchas veces también oímos a naturistas defender las sustancias naturales y "satanizar" los productos que portan sustancias de tipo artificial, pero ¿está justificado científicamente? A través de este artículo vamos a conocer mejor el mundo de los aditivos.

Para conocer el origen de la utilización de los aditivos nos tenemos que remontar a la prehistoria. Ya entonces se utilizaban la sal y el vinagre como medio para alargar la vida de los alimentos. La expansión de la utilización de los aditivos fue paralela al desarrollo otras ciencias como la química. Ante la "explosión" de la cantidad y variedad de los aditivos utilizados por los fabricantes de alimentos, se establecieron controles legales por parte de los estados y diferentes organismos que, con el tiempo, han resultado ser muy estrictos.

Todo bajo control

Para permitirse el uso de un aditivo concreto, éste debe ser sometido a unos estudios muy estrictos. Una vez probada la inocuidad de un aditivo en ciertas concentraciones, se da permiso a su utilización. Para establecer la dosis máxima permitida de un aditivo se experimenta con diferentes especies animales y, a la dosis mínima nociva que se ha establecido de cada aditivo para la especie más sensible, se la divide por cien veces para establecer la dosis máxima permitida en el alimento. Esto se hace, por una parte, porqué cada individuo tolera las sustancias de forma diferente por lo que se divide por diez la dosis máxima tolerada como margen de seguridad y se vuelve a dividir por diez esta cantidad ya que a lo largo del día podemos consumir más de un alimento que contenga un mismo aditivo. La mala imagen que el consumidor tiene de los aditivos pues, lejos de tener una base científica sólida, es producto de informaciones insensatas provenientes, por lo general, de fuentes no científicas ya que, en realidad, su efecto y tolerancia están muy bien estudiados antes de dar vía libre a su utilización. Si a esto le añadimos la manipulación que en la televisión se realiza -en los anuncios comerciales principalmente- de la información nutricional veraz, no es de extrañar que el consumidor medio, no relacionado con el mundo de la salud, tenga una opinión de los aditivos muy alejada de la realidad.

¿Es mejor lo natural que lo artificial?

En muchas empresas alimentarias se "malgasta" dinero para obtener ciertas sustancias de forma natural que van a ser utilizadas como aditivos y que podrían ser fácilmente obtenidas de forma sintética en el laboratorio con un menor coste económico. Sin embargo, la realidad dice que es más conveniente hacerlo de esta manera con el consiguiente

gasto adicional de dinero no porqué realmente vaya a correr menos peligro la salud del consumidor, sino porqué éste lo piensa aunque en realidad no sea cierto. La empresa malgastará el dinero porqué está obligada por la ley a decir la verdad sobre la fuente de donde los ha obtenido, y el beneficio sobre el mayor consumo del alimento por contener ingredientes naturales es preponderante sobre el perjuicio que representa obtenerlos de forma más económica ya que, en este caso, serían peor aceptados en el mercado. No sólo se podría decir que un aditivo sintético es tan bueno como el natural, sino que apurando, son algo mejores ya que estos poseen menos isótopos en su composición. El efecto de un mayor contenido de isótopos en el aditivo es despreciable sobre la reactividad del alimento final y, por tanto, no existe ventajas del uso de unos u otros, pero con esto se pretende reflejar que los aditivos sintéticos o comúnmente llamados artificiales no representa en absoluto ningún tipo de perjuicio sobre la salud del consumidor frente a los naturales.

¿Porqué lo natural es bueno y lo artificial es malo? El tabaco, las setas venenosas, o la cocaína son claros ejemplos de sustancias que se obtienen de forma natural y, claro está, no representan, ni de lejos, un beneficio sobre la salud. Cuidado con las tendencias naturistas porque, generalmente, no proceden de gente bien informada. Con este pequeño ejemplo se refleja claramente que ni todo lo natural es tan bueno, ni lo artificial tan malo. Y hasta una sustancia tan necesaria y que goza de tan buen prestigio como el agua, si se consume en cantidades industriales en poco tiempo pueden conducir a la muerte.

Peligros y beneficios del uso de aditivos

Todos los aditivos consumidos en cantidades no adecuadas pueden provocar gravísimos efectos sobre la salud, pero su utilización suele estar estrechísimamente controlada por los organismos oficiales encaminados a la preservación de la salud del consumidor, y el riesgo que representa su consumo en las personas es el mismo que el que representa el coger un avión o un tren cualquier día del año; desgraciadamente, riesgo cero no existe en ningún ámbito de la vida y también podría ocurrir algún día que salga a la luz la intoxicación de un grupo de personas que han consumido un determinado alimento con cantidades inadecuadas (por accidente) de un tipo de aditivo, pero el beneficio que reportan los aditivos sobre la conservabilidad, aspecto, etc. del alimento, compensa ese pequeño riesgo de la misma manera, que, por continuar con el símil, el tiempo que se ahorra al tomar un avión compensa con creces los pequeños riesgos que se corren al utilizarlo. Eso por no decir que si no se coge un avión, se tomaría un autobús o un tren con el mismo o mayor riesgo de accidente, de la misma manera que si se tomara un alimento sin aditivos, precisamente por no tenerlos podría representar un mayor riesgo sobre la salud porqué existe mayor riesgo de contaminación microbiana o deterioro de otro tipo. Los aditivos han hecho posible que los alimentos tengan una mayor vida útil, han posibilitado la disponibilidad en cualquier época de alimentos que antaño sólo se podían adquirir en ciertas estaciones y, en definitiva, han permitido disponer de alimentos con una

Los aditivos en el etiquetado de los alimentos

Los aditivos utilizados en el procesado de los alimentos, han de ser incluidos en el apartado de ingredientes del etiquetado. En dicho apartado, aparecen los ingredientes en orden de mayor a menor según la cantidad en la que estén presentes por lo que los aditivos siempre están situados en los últimos lugares pues son utilizados en cantidades muy pequeñas. En ocasiones se incluye el nombre del aditivo únicamente, otras veces sólo el número que le corresponde en la lista de códigos, y en otras se recoge tanto el nombre del aditivo como su número. Los aditivos tienen un número en la lista de aditivos permitidos en la Unión Europea. Dichos códigos empiezan por la letra E y a continuación se coloca su número que suele ser generalmente de tres cifras y menos frecuentemente de cuatro. Los códigos que comienzan por la letra E significan que su utilización está autorizada por la Unión Europea, mientras que los que comienzan por la letra H están aprobados en la Península Ibérica. Dentro del listado publicado por la Unión Europea, el primer número que sigue a la letra E nos da la información sobre el tipo de aditivo del que se trata. Así, los que comienzan por el uno generalmente son colorantes (Ej. E-120 es la cochinilla o ácido carmínico que es de color rojo), los conservantes tienen el código E-2XX, los antioxidantes son E-3XX, los edulcorantes comienzan por los números 4 y 9, y los emulgentes, estabilizadores, espesantes y gelificantes comienzan en su gran mayoría por el número 4. Así mismo, hay otro grupo de aditivos que se podrían incluir en el saco de "otros" (acidulantes, antiaglomerantes, antiespumantes y un larguísimo etc.) que tienen códigos que comienzan por cualquiera de los números indicados con anterioridad, de manera que no todos los códigos que comienzan por el 1 son colorantes ni todos los que comienzan por 2 son conservantes (y así sucesivamente), pero sí la gran mayoría.

mayor calidad tanto a nivel nutritivo, como organoléptico o de salubridad. No obstante, se ha de seguir trabajando para que se eliminen controversias que surgen sobre su efecto en algunos casos, realizando investigaciones con rigor que den lugar a resultados irrefutables.

Tipos de aditivos y su función

Los cientos de aditivos alimentarios que se utilizan actualmente desempeñan, grosso modo, cinco funciones principales:

1.-Suministran color y mejoran el sabor: Los colorantes son pigmentos presentados como extractos a nivel comercial. Pueden ser sintéticos como la eritrosina que da color rojo, o naturales como el caramelo, la remolacha en polvo que contiene betalaínas, el azafrán que contiene carotenos o el extracto del pimentón que además contiene capsaicinoides que contribuyen a la sensación picante. Por otra parte, existe una gran cantidad de especias y moléculas tanto sintéticas como naturales que contribuyen a mejorar el sabor final del producto y por ello son utilizadas como aditivos.

2.-Conservantes de la salubridad, aspecto o sabor: Eliminan o detienen el crecimiento de microorganismos como bacterias, hongos o levaduras que provocan enfermedades por consumo del alimento o pérdida del buen aspecto del mismo. Los nitratos y nitritos, por ejemplo, se utilizan en el curado de la carne para fijar el color del producto final y evitar el crecimiento microbiano. En otros casos, evitan el oscurecimiento de la frutas cuando éstas están expuestas al aire, o inhiben la oxidación de grasas que dan lugar a sabores de tipo rancio y la aparición de radicales libres principales responsables del envejecimiento y favorecedores de la aparición de ciertas enfermedades.

3.-Conservantes de la consistencia: En este grupo se incluyen los emulsionantes que disminuyen la tensión superficial evitando, así, la separación de fases de naturaleza diferente como son el agua y el aceite. Se utiliza por ejemplo en la mantequilla que contiene un 80% de grasa y un 20% de agua. Los estabilizadores y los espesantes proporcionan una textura uniforme al producto y los agentes antisolidificantes facilitan el libre flujo de sustancias.

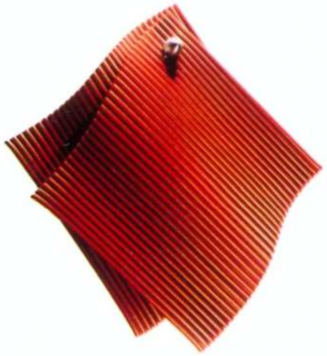
4.-Controladores del PH: Controlan la acidez o basicidad del producto modificándolo para mejorar el sabor o aspecto del producto final.

5.-Conservantes o enriquecedores del valor nutritivo del alimento: Todos los alimentos que son enriquecidos en nutrientes, han de llevar una etiqueta con su descripción. Por ejemplo, los cereales se suelen enriquecer en hierro, ácido fólico y otros micronutrientes. La leche, harinas, margarina, etc. son otros ejemplos de alimentos que suelen ser enriquecidos. El objeto final, evidentemente, es el de proporcionar un producto con una mayor calidad nutritiva.

Algunas precauciones con los aditivos

A pesar de la gran precaución con la que los organismos oficiales competentes en la materia operan a la hora de fijar los niveles máximos permitidos de cada aditivo en los alimentos, para su propia protección, las personas con alergia o intolerancia a algún tipo de sustancia contenida en alimentos deben leer la lista de ingredientes que se encuentra en la etiqueta del producto. Las siglas "a.s.a.a." y/o "u.g." detrás de cada nombre químico, significan: "atención los sensibles a aspirinas y asmáticos" y "uso generalizado" respectivamente. Algunos ejemplos de aditivos "a.s.a.a." son la tartracina (E-102), el amarillo sunset y el ocaso (E-107 Y E-110 respectivamente) o los ácidos benzoicos y benzoatos (E-210 hasta E-219). El signo "almohadilla" (#) nos servirá para reconocer a los ozocolorantes, derivados sintéticos del alquitrán, que provocan en ciertos casos alergias, asma, espasmos y otras reacciones. En cualquier caso, estos efectos adversos u otros que no recogemos aquí, se producen sobre grupos muy minoritarios de la población que son especialmente sensibles a una sustancia específica.

Iker Larre del Amo



Agarradores

Prevención y seguridad para tus manos con estos prácticos agarradores que impedirán que te quemes cuando saques tus postres favoritos, cocinados con tu Thermomix, del horno. Eva Solo y sus agarradores de silicona, tienen fama desde 1997. Al principio la idea fue acogida con escepticismo, pero después se convirtió en uno de los productos favoritos de los consumidores, ya que la silicona es muy útil para soportar el calor, hasta 300ºC, además de ser muy higiénica y poder lavarse simplemente bajo el grifo o el lavavajillas. Estos agarradores son ideales para regalar, ya que además de conservar su color y ser difíciles de deteriorar, son muy atractivos en su diseño y los puedes encontrar en negro, gris metalizado y rojo fuego, todo un elemento decorativo para tu cocina.
Precio: 27 € www.caprichosdaneses.com

Diseño para frío

No todo es gris en invierno, y mucho menos nuestra cocina. Eva Solo se encarga de recordártelo con su gama de productos. Ahora que los días son más cortos y el frío se empieza a sentir, qué mejor que quedarse en casa con una taza de té o café. Las fundas de neopreno diseñadas para la cafetera CafeSolo y la tetera EVA SOLO, están disponibles en los colores del otoño, rojo chile, verde caqui y marrón chocolate, además de negro. Con este particular abrigo de funda de algodón 100%, el té y el café permanecerán calientes durante media hora. El diseño es de Claus Jensen y Henrik Holb?k, que han ganado ya tres premios internacionales con estos productos. Precio: cafetera 62,10€; tetera 67,95€ www.caprichosdaneses.com

Sabor y decoración

En Tus Recetas TMX nos importa que tu cocina esté dotada de todos los accesorios necesarios para que goces de los mejores platos con toda la comodidad y confort que te mereces, pero además, consideramos fundamental que la decoración sea la mejor para las horas que tienes que estar cocinando. En este número especial repostería queríamos recomendarte el florero EVA SOLO. Su elegancia captura y aumenta la belleza de un ramo de flores, gracias a la simplicidad de su diseño y su atractiva forma redondeada que se estrecha e la parte superior para sujetar el tallo y se ensancha de nuevo en la boca para que las flores caigan a modo de cascada. El estrechamiento del cuello facilita el rellenado del florero con agua. El florero está disponible en dos tamaños, 20 y 26 cm, y en dos colores, blanco opalino y en una combinación de gris y blanco. El diseño es de Claus Jensen y Henrik Holb?k, Tools Design.
Precio: florero de 20 cm, 36,75€; florero de 26 cm, 45,35€. www.caprichosdaneses.com

Pan siempre tierno

Un alimento que está siempre en nuestra mesa en las distintas horas del día, es el pan. El mejor estado de este es cuando está recién hecho y crujiente. Sin embargo, si no lo conservamos bien, perderá todos estos atributos. La panera EVA SOLO proporciona el microclima perfecto para que el pan se mantenga fresco. Consiste en una caja de acero inoxidable con una tapa envolvente de plástico que permite la liberación lenta de la humedad del pan, manteniendo la corteza crujiente y la miga blanda. Además, la panera está disponible en negro, gris metalizado y tono perla. Su forma recuerda a los modelos tradicionales, pero los materiales empleados en su fabricación, acero inoxidable y plástico, le aportan el toque contemporáneo necesario para decorar cocinas actuales.
Precio: 95,50€ www.caprichosdaneses.com

MARIDAJES

En este número especial, Cristina Soleto, experta en Enología de AporVino.com nos ofrece una serie de vinos apropiados para marinarlos con postres y repostería, un tema que hemos de tratar con cuidado precisamente por el componente dulce de los platos que suele ser difícil de combinar con un vino. ¡que ustedes lo marinen bien!.

AporVino.com, el portal de los vinos a buen precio, nos ofrece la oportunidad de adquirir estos vinos a un precio inmejorable cómodamente y desde casa. No dejes pasar la ocasión de adquirir un lote de estos fantásticos vinos para acompañar tus postres preferidos.

Chorrera Cream Oloroso Dulce

Propuesta: Ideal como vino de postre con tartas de queso, flan, tarta de crema y creme brulée. También puede tomarse como aperitivo, sugiriéndoles servirlo con hielo y una pizca de lima.

Características: Chorrera Cream Oloroso Dulce. D.O. Málaga. 100% Pedro Ximénez. 5 años en botas de roble americano. Bodegas López Hermanos. Consumo 8-10ºC. Color ámbar con matices acaramelados. Aroma potente con recuerdos de madera nobles y presencia de tostado y nueces. En boca sabroso, equilibrado, aterciopelado y redondo. Largo final con notas de frutos secos.

Oporto Fonseca Tawny

Propuesta: Magnífico con los postres que sean también oscuros, dulces y levemente amargos. El chocolate es una opción consagrada, pero el café, las pasas, los albaricoques y las recetas perfumadas con moka combinan perfectamente.

Características: Oporto Fonseca Tawny. Oporto. Más de 3 años en barrica de madera. Quinta and Vineyard Bottles Vinhos. De mucho cuerpo, con intensos aromas a cereza negra confitada y pasas. Persistente en boca.

Pedro Ximénez Romate

Propuesta: Soberbio con helados de vainilla o limón, pudín de frutas y compota de ciruelas. También acompaña bien los quesos azules.

Características: Pedro Ximénez Romate. D.O. Jerez. 100% Pedro Ximénez. Más de 5 años en bota de roble americano. Bodegas Sanchez Romate Hnos. Consumo 8-12ºC. Color caoba muy denso. En nariz es suave, delicado y con reminiscencia a pasas. En boca es muy dulce, agradable y suave.

Pedro Ximenez Reserva Familia

Propuesta: Con sus aromas a frutas pasificadas combina perfectamente con postres que contengan dátiles o frutas secas, almendras y chocolates, que con un toque de amargor hagan resaltar los frutos y el dulzor del vino.

Características: Pedro Ximénez Reserva Familia. 100% Pedro Ximénez. Málaga. Crianza Oxidativa de 24 meses en botas de roble Francés Vosges con tostado medio. Bodegas Lopez Hermanos. Consumo 16ºC. Color caoba oscuro, con reflejos ambarinos. De buena intensidad, con aromas de frutas pasificadas (dátiles) y con fondos de madera y tostados. En boca dulce y elegante en la entrada, con un paso de boca aterciopelado, untoso y un final largo.

Moscatel Naranja

Propuesta: Elaborado con cáscaras de las naranjas amargas, desecadas y maceradas durante 60 días que luego es mezclado con el vino dulce moscatel, es ideal acompañando unas gachas en leche frita, helados de vainilla, o siguiendo la regla de utilizar un vino similar al del plato, complementando el helado de vino de málaga y pasas o el pastel de crema de vino de málaga y frutos secos.

Características: Moscatel Naranja. 100% Moscatel de Alejandría. Málaga. 24 meses en barrica de roble americano. Bodegas Lopez Hermanos. Consumo 6-8ºC. Color amarillo dorado, limpio y brillante. Aromas florales y frutales donde predomina la naranja. Ligero y delicado. Boca suave y fresco, con un fondo amargoso, elegante y original.

Oloroso Romate

Propuesta: Una atrevida combinación para postres poco o nada dulces, así como postres con sabores predominantemente a frutos secos. También para tartas con quesos fuertes y poco azúcar. Antes del postre, acompaña bien las carnes y consomés.

Características: Oloroso Romate. Palomino Fino. D.O. Jerez. Más de 5 años en bota de roble americano. Bodegas Sanchez Romate Hnos. Consumo 8-12ºC. Color caoba, brillante y transparente. En nariz es muy aromático, fragante y esterificado. En boca es seco, con mucho cuerpo, con sabor a roble y nueces.